

Согласовано:

Директор Школы №



Утверждаю:  
Директор МАУ "Центр детского  
здорового питания"  
Р.Л. Хакимов



**2 ЗАВТРАК от 7 до 12 лет  
многолетние**

| Прием<br>пищи       | Наименование блюда                               | Вес<br>блюда | Пищевые<br>вещества |      |       | Энергетическа<br>я ценность | №<br>рецептуры |
|---------------------|--------------------------------------------------|--------------|---------------------|------|-------|-----------------------------|----------------|
|                     |                                                  |              | Б                   | Ж    | У     |                             |                |
|                     | Понедельник 25.12.2023                           |              |                     |      |       |                             |                |
| Завтрак             | Макароны запеченные с сыром                      | 180          | 9,82                | 7,5  | 44,09 | 284                         | ТТК №226       |
|                     | Хлеб пшеничный                                   | 25           | 1,9                 | 0,2  | 12,9  | 61                          | ТТК № 57       |
|                     | Напиток лимонный                                 | 200          | 0,2                 | 0    | 25,6  | 103                         | 699/2004       |
|                     | Фрукты: яблоко свежее                            | 150          | 0,6                 | 0    | 18,9  | 78                          | 338/2003       |
| Итого за<br>завтрак |                                                  | 555          | 12,52               | 7,7  | 101,5 | 526                         |                |
|                     | Вторник 26.12.2023                               |              |                     |      |       |                             |                |
| Завтрак             | Каша из овсяных хлопьев Геркулес<br>молочная     | 150          | 6,6                 | 4,62 | 30,3  | 157                         | T4/2004        |
|                     | Хлеб пшеничный                                   | 25           | 1,9                 | 0,2  | 12,9  | 61                          | ТТК № 57       |
|                     | Напиток из кураги                                | 200          | 1,1                 | 0    | 31,5  | 125                         | 638/2004       |
|                     | Яйцо вареное                                     | 40           | 5,1                 | 4,6  | 0,3   | 63                          | 324/1997       |
| Итого за<br>завтрак |                                                  | 415          | 14,7                | 9,42 | 75    | 406                         |                |
|                     | Среда 27.12.2023                                 |              |                     |      |       |                             |                |
| Завтрак             | Бифштеко рубленый Детский<br>тушеный             | 40           | 8,8                 | 6,3  | 6,8   | 104                         | ТТК № 47       |
|                     | Соус основной красный                            | 60           | 1,38                | 1,8  | 4,6   | 38                          | 528/3/1994     |
|                     | Каша гречневая рассыпчатая                       | 160          | 9,2                 | 9,2  | 42,9  | 285                         | 463/1994       |
|                     | Чай с лимоном                                    | 200/7        | 0,3                 | 0    | 15,2  | 60                          | 629/1994       |
|                     | Хлеб пшеничный                                   | 25           | 1,9                 | 0,2  | 12,9  | 61                          | ТТК № 57       |
| Итого за<br>завтрак |                                                  | 492          | 12,78               | 11,2 | 75,6  | 444                         |                |
|                     | Четверг 28.12.2023                               |              |                     |      |       |                             |                |
| Завтрак             | Каша пшеничная молочная                          | 150          | 4,3                 | 6,3  | 30    | 170                         | ТТК №42        |
|                     | Хлеб пшеничный                                   | 25           | 1,9                 | 0,2  | 12,9  | 61                          | ТТК № 57       |
|                     | Бутерброд с сыром                                | 5/20/25      | 6,7                 | 5,9  | 10,2  | 120                         | 3./1997        |
|                     | Напиток из черноплодной рябины и<br>свежих яблок | 200          | 0,25                | 0    | 25,1  | 99                          | ТТК №28.1      |
| Итого за<br>завтрак |                                                  | 425          | 13,15               | 12,4 | 78,2  | 450                         |                |
|                     | Пятница 29.12.2023                               |              |                     |      |       |                             |                |
| Завтрак             | Крокеты Детские                                  | 40           | 6,9                 | 6,4  | 2,3   | 87                          | ТТК №52        |
|                     | Соус основной красный                            | 60           | 1,3                 | 1,8  | 4,6   | 38                          | 528/3/1994     |
|                     | Рис отварной                                     | 150          | 3,3                 | 5,8  | 37    | 204                         | 465/1994       |
|                     | Хлеб пшеничный                                   | 25           | 1,9                 | 0,2  | 12,9  | 61                          | ТТК № 57       |
|                     | Чай с шиповником                                 | 200          | 0,4                 | 0    | 18,8  | 81                          | ТТК № 46       |
| Итого за<br>завтрак |                                                  | 475          | 13,8                | 14,2 | 75,6  | 471                         |                |

\* Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося школы составляет 70 рублей

Согласовано:  
Директор Школы №

Утверждаю:  
Директор МКУ «Центр детского  
защитного питания»  
Р.Т. Хакимова

**2 ЗАВТРАК от 7 до 12 лет  
многолетние**

| Прием<br>пищи       | Наименование блюда                               | Вес<br>блюда | Пищевые<br>вещества |      |       | Энергетическа<br>я ценность | №<br>рецептуры |
|---------------------|--------------------------------------------------|--------------|---------------------|------|-------|-----------------------------|----------------|
|                     |                                                  |              | Б                   | Ж    | У     |                             |                |
|                     |                                                  |              |                     |      |       |                             |                |
|                     | Понедельник 25.12.2023                           |              |                     |      |       |                             |                |
| Завтрак             | Макароны запеченные с сыром                      | 180          | 9,82                | 7,5  | 44,09 | 284                         | ТТК №226       |
|                     | Хлеб пшеничный                                   | 25           | 1,9                 | 0,2  | 12,9  | 61                          | ТТК № 57       |
|                     | Напиток лимонный                                 | 200          | 0,2                 | 0    | 25,6  | 103                         | 699/2004       |
|                     | Фрукты: яблоко свежее                            | 150          | 0,6                 | 0    | 18,9  | 78                          | 338/2005       |
| Итого за<br>завтрак |                                                  | 555          | 12,52               | 7,7  | 101,5 | 526                         |                |
|                     |                                                  |              |                     |      |       |                             |                |
|                     | Вторник 26.12.2023                               |              |                     |      |       |                             |                |
| Завтрак             | Каша из овсяных хлопьев Геркулес<br>молочная     | 150          | 6,6                 | 4,62 | 30,3  | 157                         | Т4/2004        |
|                     | Хлеб пшеничный                                   | 25           | 1,9                 | 0,2  | 12,9  | 61                          | ТТК № 57       |
|                     | Напиток из кураги                                | 200          | 1,1                 | 0    | 31,5  | 125                         | 638/2004       |
|                     | Яйцо вареное                                     | 40           | 5,1                 | 4,6  | 0,3   | 63                          | 324/1997       |
| Итого за<br>завтрак |                                                  | 415          | 14,7                | 9,42 | 75    | 406                         |                |
|                     |                                                  |              |                     |      |       |                             |                |
|                     | Среда 27.12.2023                                 |              |                     |      |       |                             |                |
| Завтрак             | Бифштекс рубленый Детский<br>тушеный             | 40           | 8,8                 | 6,3  | 6,8   | 104                         | ТТК № 47       |
|                     | Соус основной красный                            | 60           | 1,38                | 1,8  | 4,6   | 38                          | 528/3/1994     |
|                     | Каша гречневая рассыпчатая                       | 160          | 9,2                 | 9,2  | 42,9  | 285                         | 463/1994       |
|                     | Чай с лимоном                                    | 200/7        | 0,3                 | 0    | 15,2  | 60                          | 629/1994       |
|                     | Хлеб пшеничный                                   | 25           | 1,9                 | 0,2  | 12,9  | 61                          | ТТК № 57       |
| Итого за<br>завтрак |                                                  | 492          | 12,78               | 11,2 | 75,6  | 444                         |                |
|                     |                                                  |              |                     |      |       |                             |                |
|                     | Четверг 28.12.2023                               |              |                     |      |       |                             |                |
| Завтрак             | Каша пшеничная молочная                          | 150          | 4,3                 | 6,3  | 30    | 170                         | ТТК №42        |
|                     | Хлеб пшеничный                                   | 25           | 1,9                 | 0,2  | 12,9  | 61                          | ТТК № 57       |
|                     | Бутерброд с сыром                                | 5/20/25      | 6,7                 | 5,9  | 10,2  | 120                         | 3./1997        |
|                     | Напиток из черноплодной рябины и<br>свежих яблок | 200          | 0,25                | 0    | 25,1  | 99                          | ТТК№28.1       |
| Итого за<br>завтрак |                                                  | 425          | 13,15               | 12,4 | 78,2  | 450                         |                |
|                     |                                                  |              |                     |      |       |                             |                |
|                     | Пятница 29.12.2023                               |              |                     |      |       |                             |                |
| Завтрак             | Крокеты Детские                                  | 40           | 6,9                 | 6,4  | 2,3   | 87                          | ТТК№52         |
|                     | Соус основной красный                            | 60           | 1,3                 | 1,8  | 4,6   | 38                          | 528/3/1994     |
|                     | Рис отварной                                     | 150          | 3,3                 | 5,8  | 37    | 204                         | 465/1994       |
|                     | Хлеб пшеничный                                   | 25           | 1,9                 | 0,2  | 12,9  | 61                          | ТТК № 57       |
|                     | Чай с шиповником                                 | 200          | 0,4                 | 0    | 18,8  | 81                          | ТТК № 46       |
| Итого за<br>завтрак |                                                  | 475          | 13,8                | 14,2 | 75,6  | 471                         |                |

\* Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося школы составляет 70 рублей



Согласовано:  
Директор Школы № 3



**2 ЗАВТРАК от 7 до 12  
лет - ОВЗ**

| Прием пищи             | Наименование блюда                            | Вес блюда | Пищевые вещества |       |       | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------------------|-----------------------------------------------|-----------|------------------|-------|-------|-------------------------|-------------|
|                        |                                               |           | Б                | Ж     | У     |                         |             |
| Понедельник 25.12.2023 |                                               |           |                  |       |       |                         |             |
| Завтрак                | Макароны запеченные с сыром                   | 180       | 9,82             | 7,5   | 44,09 | 284                     | ТТК №226    |
|                        | Напиток лимонный                              | 200       | 0,2              | 0     | 25,6  | 103                     | 699/2004    |
|                        | Хлеб пшеничный                                | 25        | 1,9              | 0,2   | 12,9  | 61                      | ТТК № 57    |
|                        | Конфета Марсианка                             | 11        | 0,2              | 1,5   | 7     | 41                      | ТН          |
|                        | Фрукты: яблоко свежее                         | 150       | 0,6              | 0     | 18,9  | 78                      | 338/2005    |
| Итого за завтрак       |                                               | 566       | 12,72            | 9,2   | 108,8 | 567                     |             |
| Вторник 26.12.2023     |                                               |           |                  |       |       |                         |             |
| Завтрак                | Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная     | 150       | 6,6              | 4,62  | 30,3  | 157                     | Т4/2004     |
|                        | Напиток из кураги                             | 200       | 1,1              | 0     | 31,5  | 125                     | 638/2004    |
|                        | Хлеб пшеничный                                | 25        | 1,9              | 0,2   | 12,9  | 61                      | ТТК № 57    |
|                        | Яйцо вареное                                  | 40        | 5,1              | 4,6   | 0,3   | 63                      | 324/1997    |
|                        | Бутерброд с повидлом                          | 20/5/25   | 1,7              | 4,3   | 23,5  | 134                     | 2/2004      |
|                        |                                               | 465       | 16,4             | 13,72 | 98,5  | 540                     |             |
| Итого за завтрак       |                                               |           |                  |       |       |                         |             |
| Среда 27.12.2023       |                                               |           |                  |       |       |                         |             |
| Завтрак                | Бифштекс рубленый Детский тушеный             | 40        | 8,8              | 6,3   | 6,8   | 104                     | ТТК № 47    |
|                        | Соус основной красный                         | 60        | 1,38             | 1,8   | 4,6   | 38                      | 528/3/1994  |
|                        | Каша гречневая рассыпчатая                    | 160       | 9,2              | 9,2   | 42,9  | 285                     | 463/1994    |
|                        | Чай с лимоном                                 | 200/7     | 0,3              | 0     | 15,2  | 60                      | 629/1994    |
|                        | Хлеб пшеничный                                | 25        | 1,9              | 0,2   | 12,9  | 61                      | ТТК № 57    |
|                        | Конфета Шо-рио                                | 14        | 0,7              | 4,2   | 7,9   | 72                      | ТН          |
| Итого за завтрак       |                                               | 506       | 13,48            | 15,4  | 83,5  | 516                     |             |
| Четверг 28.12.2023     |                                               |           |                  |       |       |                         |             |
| Завтрак                | Каша пшенная молочная                         | 150       | 4,3              | 6,3   | 30    | 170                     | ТТК №42     |
|                        | Хлеб пшеничный                                | 25        | 1,9              | 0,2   | 12,9  | 61                      | ТТК № 57    |
|                        | Бутерброд с сыром                             | 5/20/25   | 6,7              | 5,9   | 10,2  | 120                     | 3/1997      |
|                        | Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок | 200       | 0,25             | 0     | 25,1  | 99                      | ТТК №28.1   |
|                        | Конфета Марсианка                             | 11        | 0,2              | 1,5   | 7     | 41                      | ТН          |
| Итого за завтрак       |                                               | 436       | 13,35            | 13,9  | 85,2  | 491                     |             |
| Пятница 29.12.2023     |                                               |           |                  |       |       |                         |             |
| Завтрак                | Крокет Детский                                | 40        | 6,9              | 6,4   | 2,3   | 87                      | ТТК №52     |
|                        | Соус основной красный                         | 60        | 1,3              | 1,8   | 4,6   | 38                      | 528/3/1994  |
|                        | Рис отварной                                  | 150       | 3,3              | 5,8   | 37    | 204                     | 465/1994    |
|                        | Хлеб пшеничный                                | 25        | 1,9              | 0,2   | 12,9  | 61                      | ТТК № 57    |
|                        | Чай с шиповником                              | 200       | 0,4              | 0     | 18,8  | 81                      | ТТК № 46    |
|                        | Батончик Импульс                              | 16        | 2                | 7     | 17,1  | 140                     | ТН          |
| Итого за завтрак       |                                               | 491       | 15,8             | 21,2  | 92,7  | 611                     |             |

\* Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося школы составляет 82 рубля

Согласовано:  
Директор Школы № 3



**2 ЗАВТРАК от 7 до 12  
лет - ОВЗ**

| Прием<br>пищи          | Наименование блюда                               | Вес<br>блюда | Пищевые<br>вещества |       |       | Энергетическа<br>я ценность | №<br>рецептуры |
|------------------------|--------------------------------------------------|--------------|---------------------|-------|-------|-----------------------------|----------------|
|                        |                                                  |              | Б                   | Ж     | У     |                             |                |
| Понедельник 25.12.2023 |                                                  |              |                     |       |       |                             |                |
| Завтрак                | Макароны запеченные с сыром                      | 180          | 9,82                | 7,5   | 44,09 | 284                         | ТТК №226       |
|                        | Напиток лимонный                                 | 200          | 0,2                 | 0     | 25,6  | 103                         | 699/2004       |
|                        | Хлеб пшеничный                                   | 25           | 1,9                 | 0,2   | 12,9  | 61                          | ТТК № 57       |
|                        | Конфета Марсианка                                | 11           | 0,2                 | 1,5   | 7     | 41                          | ТН             |
|                        | Фрукты: яблоко свежее                            | 150          | 0,6                 | 0     | 18,9  | 78                          | 338/2005       |
| Итого за<br>завтрак    |                                                  | 566          | 12,72               | 9,2   | 108,5 | 567                         |                |
| Вторник 26.12.2023     |                                                  |              |                     |       |       |                             |                |
| Завтрак                | Каша из овсяных хлопьев Геркулес<br>молочная     | 150          | 6,6                 | 4,62  | 30,3  | 157                         | Т4/2004        |
|                        | Напиток из кураги                                | 200          | 1,1                 | 0     | 31,5  | 125                         | 638/2004       |
|                        | Хлеб пшеничный                                   | 25           | 1,9                 | 0,2   | 12,9  | 61                          | ТТК № 57       |
|                        | Яйцо вареное                                     | 40           | 5,1                 | 4,6   | 0,3   | 63                          | 324/1997       |
|                        | Бутерброд с повидлом                             | 20/5/25      | 1,7                 | 4,3   | 23,5  | 134                         | 2/2004         |
| Итого за<br>завтрак    |                                                  | 465          | 16,4                | 13,72 | 98,5  | 540                         |                |
| Среда 27.12.2023       |                                                  |              |                     |       |       |                             |                |
| Завтрак                | Бифштекс рубленый Детский тушенный               | 40           | 8,8                 | 6,3   | 6,8   | 104                         | ТТК № 47       |
|                        | Соус основной красный                            | 60           | 1,38                | 1,8   | 4,6   | 38                          | 528/3/1994     |
|                        | Каша гречневая рассыпчатая                       | 160          | 9,2                 | 9,2   | 42,9  | 285                         | 463/1994       |
|                        | Чай с лимоном                                    | 200/7        | 0,3                 | 0     | 15,2  | 60                          | 629/1994       |
|                        | Хлеб пшеничный                                   | 25           | 1,9                 | 0,2   | 12,9  | 61                          | ТТК № 57       |
|                        | Конфета Чоно-рио                                 | 14           | 0,7                 | 4,2   | 7,9   | 72                          | ТН             |
| Итого за<br>завтрак    |                                                  | 506          | 13,48               | 15,4  | 83,5  | 516                         |                |
| Четверг 28.12.2023     |                                                  |              |                     |       |       |                             |                |
| Завтрак                | Каша пшениная молочная                           | 150          | 4,3                 | 6,3   | 30    | 170                         | ТТК №42        |
|                        | Хлеб пшеничный                                   | 25           | 1,9                 | 0,2   | 12,9  | 61                          | ТТК № 57       |
|                        | Бутерброд с сыром                                | 5/20/25      | 6,7                 | 5,9   | 10,2  | 120                         | 3./1997        |
|                        | Напиток из черноплодной рябины и<br>свежих яблок | 200          | 0,25                | 0     | 25,1  | 99                          | ТТК№28.1       |
|                        | Конфета Марсианка                                | 11           | 0,2                 | 1,5   | 7     | 41                          | ТН             |
| Итого за<br>завтрак    |                                                  | 436          | 13,35               | 13,9  | 85,2  | 491                         |                |
| Пятница 29.12.2023     |                                                  |              |                     |       |       |                             |                |
| Завтрак                | Крокеты Детские                                  | 40           | 6,9                 | 6,4   | 2,3   | 87                          | ТТК№52         |
|                        | Соус основной красный                            | 60           | 1,3                 | 1,8   | 4,6   | 38                          | 528/3/1994     |
|                        | Рис отварной                                     | 150          | 3,3                 | 5,8   | 37    | 204                         | 465/1994       |
|                        | Хлеб пшеничный                                   | 25           | 1,9                 | 0,2   | 12,9  | 61                          | ТТК № 57       |
|                        | Чай с шиповником                                 | 200          | 0,4                 | 0     | 18,8  | 81                          | ТТК № 46       |
|                        | Батончик Импульс                                 | 16           | 2                   | 7     | 17,1  | 140                         | ТН             |
| Итого за<br>завтрак    |                                                  | 491          | 15,8                | 21,2  | 92,7  | 611                         |                |

\* Стоимость 1 комплекса завтрака каждого учащегося школы составляет 82 рубля



Согласовано:  
Директор Школы № 3



Утверждаю  
Директор МАУ «Центр детского  
здорового питания»  
Р.Т.Хакимов

Завтрак 7-12 лет

| Прием пищи             | Наименование блюда                                                    | Вес блюда | Пищевые вещества |     |      | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-----|------|-------------------------|-------------|
|                        |                                                                       |           | Б                | Ж   | У    |                         |             |
| Понедельник 25.12.2023 |                                                                       |           |                  |     |      |                         |             |
| Завтрак                | Сосиска отварная                                                      | 2/50      | 11               | 17  | 0,2  | 197                     | ТТК № 100.1 |
|                        | Каша гречневая вязкая                                                 | 160       | 4,8              | 2,6 | 23,8 | 140                     | ТТК № 58    |
|                        | АК Чай с сахаром                                                      | 200       | 0,2              | 0   | 15   | 58                      | 628/1994    |
|                        | Хлеб ржано-пшеничный                                                  | 33        | 2,4              | 0,4 | 16,9 | 72                      | ТТК № 57    |
|                        | Хлеб пшеничный                                                        | 25        | 1,9              | 0,2 | 12,9 | 61                      | ТТК № 57    |
|                        | Бутерброд с сыром                                                     | 5/20/25   | 6,7              | 5,9 | 10,2 | 120                     | 3 /1997     |
|                        | Батончик Чипо Рио                                                     | 30        | 1,1              | 9   | 17,4 | 156                     | ТН          |
|                        | Печенье Сормовское                                                    | 50        | 3,8              | 7,7 | 31,8 | 214                     | ТН          |
| Итого за завтрак       |                                                                       | 648       | 31               | 43  | 128  | 1018                    |             |
| Вторник 26.12.2023     |                                                                       |           |                  |     |      |                         |             |
| Завтрак                | Голень отварная                                                       | 90        | 16               | 12  | 0,3  | 174                     | ТТК № 100.1 |
|                        | Макаронные изделия отварные                                           | 150       | 5,6              | 6,5 | 37,5 | 218                     | 469/1994    |
|                        | АК Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок                      | 200       | 0,3              | 0   | 25,1 | 99                      | ТТК № 28.1  |
|                        | Хлеб ржано-пшеничный                                                  | 33        | 2,4              | 0,4 | 16,9 | 72                      | ТТК № 57    |
|                        | Хлеб пшеничный                                                        | 25        | 1,9              | 0,2 | 12,9 | 61                      | ТТК № 57    |
|                        | Напиток фруктосодержащий в ассортименте                               | 200       | 6                | 6,4 | 9,4  | 120                     | ТН          |
|                        | Пирожное в ассортименте                                               | 35        | 1,7              | 6,6 | 19,6 | 147                     | ТН          |
|                        | Итого за завтрак                                                      | 733       | 34               | 32  | 122  | 891                     |             |
| Среда 27.12.2023       |                                                                       |           |                  |     |      |                         |             |
| Завтрак                | Сырники Классические                                                  | 135       | 19               | 11  | 20,3 | 256                     | ТТК № 99.1  |
|                        | Подлива сладкая                                                       | 50        | 0,1              | 0   | 15   | 50                      | ТТК № 25    |
|                        | АК Компот из изюма                                                    | 200       | 0,4              | 0   | 27,3 | 127                     | 638/2004    |
|                        | Хлеб ржано-пшеничный                                                  | 33        | 2,4              | 0,4 | 16,9 | 72                      | ТТК № 57    |
|                        | Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом | 200       | 6                | 6,4 | 9,4  | 120                     | ТН          |
|                        | Яйцо вареное                                                          | 40        | 5,1              | 4,6 | 0,3  | 63                      | 324/1997    |
|                        | Пирожное в ассортименте                                               | 35        | 1,7              | 6,6 | 19,6 | 147                     | ТН          |
|                        | Конфеты в ассортименте                                                | 307       | 3,2              | 13  | 45,3 | 1314                    | ТН          |
| Итого за завтрак       | 1000                                                                  | 38        | 42               | 154 | 2149 |                         |             |
| Четверг 28.12.2023     |                                                                       |           |                  |     |      |                         |             |
| Завтрак                | Гарнировка: Горошек консервированный                                  | 60        | 1,8              | 0   | 4,9  | 22                      | ТТК № 40    |
|                        | Крокеты Детские                                                       | 40        | 6,9              | 6,4 | 2,3  | 87                      | ТТК № 52    |
|                        | Соус основной красный                                                 | 60        | 1,3              | 1,8 | 4,6  | 38                      | 528/3/1994  |
|                        | Макаронные изделия отварные                                           | 150       | 5,1              | 6,5 | 37,5 | 248                     | 469/1994    |
|                        | АК Чай с шиповником                                                   | 200       | 0,4              | 0   | 18,8 | 81                      | ТТК № 46    |
|                        | Хлеб ржано-пшеничный                                                  | 33        | 2,4              | 0,4 | 16,9 | 72                      | ТТК № 57    |
|                        | Бутерброд с повидлом                                                  | 20/5/25   | 1,7              | 4,3 | 23,5 | 134                     | 2/2004      |
|                        | Батончик Импульс                                                      | 16        | 2                | 7   | 17,1 | 140                     | ТН          |
|                        | Пирожное в ассортименте                                               | 35        | 1,7              | 6,6 | 19,6 | 147                     | ТН          |
|                        | Фрукты: яблоко свежее                                                 | 150       | 0,6              | 0   | 18,9 | 78                      | 338/2005    |
|                        | Конфеты в ассортименте                                                | 307       | 3,2              | 13  | 45,3 | 1314                    | ТН          |
| Итого за завтрак       | 1101                                                                  | 27        | 46               | 209 | 2361 |                         |             |
| Пятница 29.12.2023     |                                                                       |           |                  |     |      |                         |             |
| Завтрак                | Гарнировка: кукуруза консервированная                                 | 60        | 1,2              | 0   | 3,6  | 36                      | ТТК № 41    |
|                        | Котлета Куриная запеченные                                            | 50        | 8,3              | 8   | 20,5 | 170                     | ТТК № 48    |
|                        | Соус основной красный                                                 | 50        | 1,2              | 1,5 | 3,84 | 32                      | 528/3/1994  |
|                        | Рис отварной                                                          | 150       | 3,3              | 5,8 | 37   | 204                     | 465/1994    |
|                        | Чай с лимоном                                                         | 200/7     | 0,3              | 0   | 15,2 | 60                      | 629/1994    |
|                        | Хлеб пшеничный                                                        | 25        | 1,9              | 0,2 | 12,9 | 61                      | ТТК № 57    |
|                        | Напиток фруктосодержащий в ассортименте                               | 200       | 6                | 6,4 | 9,4  | 120                     | ТН          |
|                        | Конфета Марсианка - 1шт                                               | 11        | 0,2              | 1,5 | 7    | 41                      | ТН          |
|                        | Пирожное в ассортименте                                               | 35        | 1,7              | 6,6 | 19,6 | 147                     | ТН          |
|                        | Конфеты в ассортименте                                                | 307       | 3,2              | 13  | 45,3 | 1314                    | ТН          |
|                        | Итого за завтрак                                                      | 1095      | 27               | 43  | 174  | 2185                    |             |

Согласовано:

Директор Школы № 3



Завтрак от 12 лет и  
старше-многодетные,  
родительская  
плата, ОБЗ

| Прием<br>п/ци       | Наименование блюда                               | Вес<br>блюда | Пищевые<br>вещества |     |      | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептуры |
|---------------------|--------------------------------------------------|--------------|---------------------|-----|------|----------------------------|----------------|
|                     |                                                  |              | Б                   | Ж   | У    |                            |                |
|                     | Понедельник 25.12.2023                           |              |                     |     |      |                            |                |
| Завтрак             | Бифштеко рубленый Детский тушеный                | 40           | 8,8                 | 6,3 | 6,8  | 104                        | ТТК № 47       |
|                     | Соус основной красный                            | 60           | 1,4                 | 1,8 | 4,6  | 38                         | 528/3/1994     |
|                     | Каша гречневая вязкая                            | 190          | 5,7                 | 2,8 | 26,1 | 166                        | ТТК № 58       |
|                     | АК Чай с сахаром                                 | 200          | 0,2                 | 0   | 15   | 58                         | 628/1994       |
|                     | Хлеб ржано-пшеничный                             | 2/33         | 4,8                 | 0,8 | 33,8 | 144                        | ТТК № 57       |
| Итого за<br>завтрак |                                                  | 556          | 21                  | 12  | 86,3 | 510                        |                |
|                     | Вторник 26.12.2023                               |              |                     |     |      |                            |                |
| Завтрак             | Котлета по-хлыновски                             | 50           | 8                   | 10  | 2,2  | 130                        | 454/2004       |
|                     | Соус основной красный                            | 50           | 0,9                 | 1,4 | 3,6  | 30                         | 528/3/1994     |
|                     | Макаронные изделия отварные                      | 200          | 7,5                 | 8,7 | 50,2 | 312                        | 469/1994       |
|                     | АК Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок | 200          | 0,3                 | 0   | 25,1 | 99                         | ТТК № 28.1     |
|                     | Хлеб пшеничный                                   | 2/25         | 3,8                 | 0,4 | 25,8 | 122                        | ТТК № 57       |
| Итого за<br>завтрак |                                                  | 550          | 20                  | 21  | 107  | 693                        |                |
|                     | Среда 27.12.2023                                 |              |                     |     |      |                            |                |
| Завтрак             | Крокеты Детские                                  | 40           | 6,9                 | 6,4 | 2,3  | 87                         | ТТК № 52       |
|                     | Соус основной красный                            | 60           | 1,3                 | 1,8 | 4,6  | 38                         | 528/3/1994     |
|                     | Картофельное пюре                                | 200          | 4,4                 | 9,3 | 30,4 | 227                        | 472/1994       |
|                     | АК Компот Южный                                  | 200          | 0,3                 | 0   | 28   | 120                        | ТТК № 1        |
|                     | Хлеб ржано-пшеничный                             | 33           | 2,4                 | 0,4 | 16,9 | 72                         | ТТК № 57       |
|                     | Хлеб пшеничный                                   | 25           | 1,9                 | 0,2 | 12,9 | 61                         | ТТК № 57       |
| Итого за<br>завтрак |                                                  | 558          | 17                  | 18  | 95,1 | 605                        |                |
|                     | Четверг 28.12.2023                               |              |                     |     |      |                            |                |
| Завтрак             | Бифштеко рубленый Детский тушеный                | 40           | 8,8                 | 6,3 | 6,8  | 104                        | ТТК № 47       |
|                     | Соус основной красный                            | 60           | 1,4                 | 1,8 | 4,6  | 38                         | 528/3/1994     |
|                     | Рис отварной                                     | 200          | 4,3                 | 7,5 | 48,8 | 268                        | 465/1994       |
|                     | АК Чай с сахаром                                 | 200          | 0,2                 | 0   | 15   | 58                         | 628/1994       |
|                     | Хлеб ржано-пшеничный                             | 33           | 2,4                 | 0,4 | 16,9 | 72                         | ТТК № 57       |
|                     | Хлеб пшеничный                                   | 25           | 1,9                 | 0,2 | 12,9 | 61                         | ТТК № 57       |
| Итого за<br>завтрак |                                                  | 558          | 19                  | 16  | 105  | 601                        |                |
|                     | Пятница 29.12.2023                               |              |                     |     |      |                            |                |
| Завтрак             | Котлета Куриная запеченные                       | 50           | 8,3                 | 8   | 20,5 | 170                        | ТТК № 48       |
|                     | Соус основной красный                            | 50           | 1,2                 | 1,5 | 3,84 | 32                         | 528/3/1994     |
|                     | Картофельное пюре                                | 180          | 3,9                 | 8,4 | 27,4 | 205                        | 472/1994       |
|                     | Чай с лимоном                                    | 200/7        | 0,3                 | 0   | 15,2 | 60                         | 629/1994       |
|                     | Хлеб ржано-пшеничный                             | 2/33         | 4,8                 | 0,8 | 18,9 | 144                        | ТТК № 57       |
| Итого за<br>завтрак |                                                  | 553          | 18                  | 19  | 85,8 | 611                        |                |

\* Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося для школьников категории от 7 до 12 лет составляет 70 рублей.



Согласовано:  
Директор Школы №



**Завтрак от 12 лет и  
старше-многолетние,  
родительская  
плата,ОВЗ**

| Прием<br>пищи       | Наименование блюда                               | Вес<br>блюда | Пищевые<br>вещества |     |      | Энергетическа<br>я ценность | №<br>рецептуры |
|---------------------|--------------------------------------------------|--------------|---------------------|-----|------|-----------------------------|----------------|
|                     |                                                  |              | Б                   | Ж   | У    |                             |                |
|                     | Понедельник 25.12.2023                           |              |                     |     |      |                             |                |
| Завтрак             | Бифштекс рубленый Детский тушеный                | 40           | 8,8                 | 6,3 | 6,8  | 104                         | ТТК № 47       |
|                     | Соус основной красный                            | 60           | 1,4                 | 1,8 | 4,6  | 38                          | 528/3/1994     |
|                     | Каша гречневая вязкая                            | 190          | 5,7                 | 2,8 | 26,1 | 166                         | ТТК № 58       |
|                     | АК Чай с сахаром                                 | 200          | 0,2                 | 0   | 15   | 58                          | 628/1994       |
|                     | Хлеб ржано-пшеничный                             | 2/33         | 4,8                 | 0,8 | 33,8 | 144                         | ТТК № 57       |
| Итого за<br>завтрак |                                                  | 556          | 21                  | 12  | 86,3 | 510                         |                |
|                     | Вторник 26.12.2023                               |              |                     |     |      |                             |                |
| Завтрак             | Котлета по-хлыновски                             | 50           | 8                   | 10  | 2,2  | 130                         | 454/2004       |
|                     | Соус основной красный                            | 50           | 0,9                 | 1,4 | 3,6  | 30                          | 528/3/1994     |
|                     | Макаронные изделия отварные                      | 200          | 7,5                 | 8,7 | 50,2 | 312                         | 469/1994       |
|                     | АК Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок | 200          | 0,3                 | 0   | 25,1 | 99                          | ТТК№28.1       |
|                     | Хлеб пшеничный                                   | 2/25         | 3,8                 | 0,4 | 25,8 | 122                         | ТТК № 57       |
| Итого за<br>завтрак |                                                  | 550          | 20                  | 21  | 107  | 693                         |                |
|                     | Среда 27.12.2023                                 |              |                     |     |      |                             |                |
| Завтрак             | Крокеты Детские                                  | 40           | 6,9                 | 6,4 | 2,3  | 87                          | ТТК№52         |
|                     | Соус основной красный                            | 60           | 1,3                 | 1,8 | 4,6  | 38                          | 528/3/1994     |
|                     | Картофельное пюре                                | 200          | 4,4                 | 9,3 | 30,4 | 227                         | 472/1994       |
|                     | АК Компот Южный                                  | 200          | 0,3                 | 0   | 28   | 120                         | ТТК №1         |
|                     | Хлеб ржано-пшеничный                             | 33           | 2,4                 | 0,4 | 16,9 | 72                          | ТТК № 57       |
|                     | Хлеб пшеничный                                   | 25           | 1,9                 | 0,2 | 12,9 | 61                          | ТТК № 57       |
| Итого за<br>завтрак |                                                  | 558          | 17                  | 18  | 95,1 | 605                         |                |
|                     | Четверг 28.12.2023                               |              |                     |     |      |                             |                |
| Завтрак             | Бифштекс рубленый Детский тушеный                | 40           | 8,8                 | 6,3 | 6,8  | 104                         | ТТК № 47       |
|                     | Соус основной красный                            | 60           | 1,4                 | 1,8 | 4,6  | 38                          | 528/3/1994     |
|                     | Рис отварной                                     | 200          | 4,3                 | 7,5 | 48,8 | 268                         | 465/1994       |
|                     | АК Чай с сахаром                                 | 200          | 0,2                 | 0   | 15   | 58                          | 628/1994       |
|                     | Хлеб ржано-пшеничный                             | 33           | 2,4                 | 0,4 | 16,9 | 72                          | ТТК № 57       |
|                     | Хлеб пшеничный                                   | 25           | 1,9                 | 0,2 | 12,9 | 61                          | ТТК № 57       |
| Итого за<br>завтрак |                                                  | 558          | 19                  | 16  | 105  | 601                         |                |
|                     | Пятница 29.12.2023                               |              |                     |     |      |                             |                |
| Завтрак             | Котлета Куриная запеченные                       | 50           | 8,3                 | 8   | 20,5 | 170                         | ТТК №48        |
|                     | Соус основной красный                            | 50           | 1,2                 | 1,5 | 3,84 | 32                          | 528/3/1994     |
|                     | Картофельное пюре                                | 180          | 3,9                 | 8,4 | 27,4 | 205                         | 472/1994       |
|                     | Чай с лимоном                                    | 200/7        | 0,3                 | 0   | 15,2 | 60                          | 629/1994       |
|                     | Хлеб ржано-пшеничный                             | 2,33         | 4,8                 | 0,8 | 18,9 | 144                         | ТТК № 57       |
| Итого за<br>завтрак |                                                  | 553          | 18                  | 19  | 85,8 | 611                         |                |

\* Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося для школьников категории от 7 до 12 лет составляет 70 рублей.

Согласовано:  
Директор Школы № 3



Утверждаю:  
Директор МАУ "Центр детского  
здорового питания"  
В.Т.Хакимов



Обед 7-12 лет  
вторая смена

| Прием пищи             | Наименование блюда                                                    | Вес блюда | Пищевые вещества |     |      | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-----|------|-------------------------|-------------|
|                        |                                                                       |           | Б                | Ж   | У    |                         |             |
| Понедельник 25.12.2023 |                                                                       |           |                  |     |      |                         |             |
| Обед                   | Суп крестьянский с крупой на костном бульоне                          | 200       | 9,2              | 5,9 | 10,4 | 183                     | 134/2004    |
|                        | Сосиска отварная                                                      | 2/50      | 11               | 17  | 0,2  | 197                     | ТТК № 100.1 |
|                        | Каша гречневая вязкая                                                 | 160       | 4,8              | 2,6 | 23,8 | 140                     | ТТК № 58    |
|                        | АК Чай с сахаром                                                      | 200       | 0,2              | 0   | 15   | 58                      | 628/1994    |
|                        | Хлеб ржано-пшеничный                                                  | 33        | 2,4              | 0,4 | 16,9 | 72                      | ТТК № 57    |
|                        | Хлеб пшеничный                                                        | 25        | 1,9              | 0,2 | 12,9 | 61                      | ТТК № 57    |
|                        | Бутерброд с сыром                                                     | 5/20/25   | 6,7              | 5,9 | 10,2 | 120                     | 3/1997      |
|                        | Батончик Чипо Рио                                                     | 30        | 1,1              | 9   | 17,4 | 156                     | ТН          |
|                        | Печенье Сормовское                                                    | 50        | 3,8              | 7,7 | 31,8 | 214                     | ТН          |
| Итого за обед          |                                                                       | 848       | 41               | 49  | 139  | 1201                    |             |
| Вторник 26.12.2023     |                                                                       |           |                  |     |      |                         |             |
| Обед                   | Борщ Сибирский на костном бульоне                                     | 200       | 5,3              | 3,6 | 14,6 | 113                     | 113/1994    |
|                        | Голень отварная                                                       | 90        | 16               | 12  | 0,3  | 174                     | ТТК № 100.1 |
|                        | Макаронные изделия отварные                                           | 150       | 5,6              | 6,5 | 37,5 | 218                     | 469/1994    |
|                        | АК Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок                      | 200       | 0,3              | 0   | 25,1 | 99                      | ТТК № 28.1  |
|                        | Хлеб ржано-пшеничный                                                  | 33        | 2,4              | 0,4 | 16,9 | 72                      | ТТК № 57    |
|                        | Хлеб пшеничный                                                        | 25        | 1,9              | 0,2 | 12,9 | 61                      | ТТК № 57    |
|                        | Напиток фруктосодержащий в ассортименте                               | 200       | 6                | 6,4 | 9,4  | 120                     | ТН          |
|                        | Пирожное в ассортименте                                               | 35        | 1,7              | 6,6 | 19,6 | 147                     | ТН          |
| Итого за обед          |                                                                       | 933       | 39               | 36  | 136  | 1004                    |             |
| Среда 27.12.2023       |                                                                       |           |                  |     |      |                         |             |
| Обед                   | Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне                  | 200       | 3,6              | 3,5 | 8,4  | 140                     | 124/2004    |
|                        | Сырники Классические                                                  | 135       | 19               | 11  | 20,3 | 256                     | ТТК № 99.1  |
|                        | Подлива сладкая                                                       | 50        | 0,1              | 0   | 15   | 50                      | ТТК № 25    |
|                        | АК Компот из изюма                                                    | 200       | 0,4              | 0   | 27,3 | 127                     | 638/2004    |
|                        | Хлеб ржано-пшеничный                                                  | 33        | 2,4              | 0,4 | 16,9 | 72                      | ТТК № 57    |
|                        | Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом | 200       | 6                | 6,4 | 9,4  | 120                     | ТН          |
|                        | Яблоко вареное                                                        | 40        | 5,1              | 4,6 | 0,3  | 63                      | 324/1997    |
|                        | Пирожное в ассортименте                                               | 35        | 1,7              | 6,6 | 19,6 | 147                     | ТН          |
|                        | Конфеты в ассортименте                                                | 307       | 3,2              | 13  | 45,3 | 1314                    | ТН          |
| Итого за обед          |                                                                       | 1200      | 42               | 46  | 163  | 2289                    |             |
| Четверг 28.12.2023     |                                                                       |           |                  |     |      |                         |             |
| Обед                   | Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне                        | 200       | 8,2              | 5,4 | 23,2 | 173                     | 139/20044   |
|                        | Гарнировка: Горошек консервированный                                  | 60        | 1,8              | 0   | 4,9  | 22                      | ТТК № 40    |
|                        | Крокеты Детские                                                       | 40        | 6,9              | 6,4 | 2,3  | 87                      | ТТК № 52    |
|                        | Соус основной красный                                                 | 60        | 1,3              | 1,8 | 4,6  | 38                      | 528/3/1994  |
|                        | Макаронные изделия отварные                                           | 150       | 5,1              | 6,5 | 37,5 | 248                     | 469/1994    |
|                        | АК Чай с шиповником                                                   | 200       | 0,4              | 0   | 18,8 | 81                      | ТТК № 46    |
|                        | Хлеб ржано-пшеничный                                                  | 33        | 2,4              | 0,4 | 16,9 | 72                      | ТТК № 57    |
|                        | Бутерброд с повидлом                                                  | 20/5/25   | 1,7              | 4,3 | 23,5 | 134                     | 2/2004      |
|                        | Батончик Импульс                                                      | 16        | 2                | 7   | 17,1 | 140                     | ТН          |
|                        | Пирожное в ассортименте                                               | 35        | 1,7              | 6,6 | 19,6 | 147                     | ТН          |
|                        | Фрукты: яблоко свежее                                                 | 150       | 0,6              | 0   | 18,9 | 78                      | 338/2005    |
|                        | Конфеты в ассортименте                                                | 307       | 3,2              | 13  | 45,3 | 1314                    | ТН          |
| Итого за обед          |                                                                       | 1301      | 35               | 52  | 233  | 2534                    |             |
| Пятница 29.12.2023     |                                                                       |           |                  |     |      |                         |             |
| Обед                   | Суп картофельный/рыбная консерва                                      | 200/20    | 5,8              | 4   | 19,8 | 134                     | Т1/3/1994   |
|                        | Гарнировка: кукуруза консервированная                                 | 60        | 1,2              | 0   | 3,6  | 36                      | ТТК № 41    |
|                        | Котлета Куринная запеченные                                           | 50        | 8,3              | 8   | 20,5 | 170                     | ТТК № 48    |
|                        | Соус основной красный                                                 | 50        | 1,2              | 1,5 | 3,84 | 32                      | 528/3/1994  |
|                        | Рис отварной                                                          | 150       | 3,3              | 5,8 | 37   | 204                     | 465/1994    |
|                        | Чай с лимоном                                                         | 200/7     | 0,3              | 0   | 15,2 | 60                      | 629/1994    |
|                        | Хлеб пшеничный                                                        | 25        | 1,9              | 0,2 | 12,9 | 61                      | ТТК № 57    |
|                        | Напиток фруктосодержащий в ассортименте                               | 200       | 6                | 6,4 | 9,4  | 120                     | ТН          |
|                        | Конфета Маршанка -шт                                                  | 11        | 0,2              | 1,5 | 7    | 41                      | ТН          |
|                        | Пирожное в ассортименте                                               | 35        | 1,7              | 6,6 | 19,6 | 147                     | ТН          |
|                        | Конфеты в ассортименте                                                | 307       | 3,2              | 13  | 45,3 | 1314                    | ТН          |
| Итого за обед          |                                                                       | 1315      | 33               | 47  | 194  | 2319                    |             |



Согласовано:  
Директор Школы № 3



Обед от 7 до 12 лет за  
родительскую плату

| Прием<br>пищи | Наименование блюда                                   | Вес<br>блюда       | Пищевые<br>вещества |     |     | Энергетическая<br>ценность | № рецептуры        |
|---------------|------------------------------------------------------|--------------------|---------------------|-----|-----|----------------------------|--------------------|
|               |                                                      |                    | Б                   | Ж   | У   |                            |                    |
|               | Понедельник 25.12.2023                               |                    |                     |     |     |                            |                    |
| Обед          | Суп крестьянский с крупой на костном бульоне         | 200                | 9,2                 | 5,9 | 10  | 163                        | 134/2004           |
|               | Котлета Куриная запеченные                           | 50                 | 8,3                 | 8   | 21  | 170                        | ТТК №48            |
|               | Соус основной красный                                | 50                 | 1,2                 | 1,5 | 3,8 | 32                         | 528/3/1994         |
|               | Рис отварной                                         | 150                | 3,3                 | 5,8 | 37  | 204                        | 465/1994           |
|               | Компот Южный                                         | 200                | 0,3                 | 0   | 28  | 120                        | ТТК №1             |
|               | Хлеб ржано-пшеничный                                 | 33                 | 2,4                 | 0,4 | 17  | 72                         | ТТК № 57           |
|               | Хлеб пшеничный                                       | 25                 | 1,9                 | 0,2 | 13  | 61                         | ТТК № 57           |
|               | Итого                                                | 708                | 27                  | 22  | 130 | 822                        |                    |
|               | Вторник 26.12.2023                                   |                    |                     |     |     |                            |                    |
| Обед          | Борщ Сибирский с фрикадельками                       | 200/20             | 9,9                 | 5,7 | 15  | 155                        | 113/1994, 112/2004 |
|               | Крокеты Детские                                      | 40                 | 6,9                 | 6,4 | 2,3 | 87                         | ТТК №52            |
|               | Соус основной красный                                | 60                 | 1,3                 | 1,8 | 4,6 | 38                         | 528/3/1994         |
|               | Картофельное пюре                                    | 150                | 3,3                 | 7,1 | 23  | 171                        | 472/1994           |
|               | Чай с сахаром                                        | 200                | 0,2                 | 0   | 15  | 58                         | 628/1994           |
|               | Хлеб пшеничный                                       | 25                 | 1,9                 | 0,2 | 13  | 61                         | ТТК № 57           |
|               | Хлеб ржано-пшеничный                                 | 33                 | 2,4                 | 0,4 | 17  | 72                         | ТТК № 57           |
|               | Итого                                                | 728                | 26                  | 22  | 89  | 642                        |                    |
|               | Среда 27.12.2023                                     |                    |                     |     |     |                            |                    |
| Обед          | Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне | 200                | 3,6                 | 3,5 | 8,4 | 140                        | 124/2004           |
|               | Тефтели из минтая тушеные                            | 40                 | 1,1                 | 0,6 | 12  | 95                         | ТТК № 102,0        |
|               | Соус основной красный                                | 60                 | 1,3                 | 1,8 | 4,6 | 38                         | 528/3/1994         |
|               | Макаронные изделия отварные                          | 170                | 6,4                 | 7,4 | 43  | 248                        | 469/1994           |
|               | Чай с шиповником                                     | 200                | 0,4                 | 0   | 19  | 81                         | ТТК № 46           |
|               | Хлеб ржано-пшеничный                                 | 33                 | 2,4                 | 0,4 | 17  | 72                         | ТТК № 57           |
|               | Итого                                                | 703                | 25                  | 14  | 103 | 674                        |                    |
|               |                                                      | Четверг 28.12.2023 |                     |     |     |                            |                    |
| Обед          | Суп картофельный с бобовыми и фрикадельками          | 200/20             | 13                  | 7,5 | 24  | 213                        | 139/2004, 112/2004 |
|               | Котлета Куриная запеченные                           | 50                 | 8,3                 | 8   | 21  | 170                        | ТТК №48            |
|               | Соус основной красный                                | 50                 | 1,2                 | 1,5 | 3,8 | 32                         | 528/3/1994         |
|               | Рис отварной                                         | 150                | 3,3                 | 5,8 | 37  | 204                        | 465/1994           |
|               | Чай с лимоном                                        | 200/7              | 0,3                 | 0   | 15  | 60                         | 629/1994           |
|               | Хлеб пшеничный                                       | 25                 | 1,9                 | 0,2 | 13  | 61                         | ТТК № 57           |
|               | Хлеб ржано-пшеничный                                 | 33                 | 2,4                 | 0,4 | 17  | 72                         | ТТК № 57           |
|               | Итого                                                | 735                | 30                  | 23  | 130 | 812                        |                    |
|               | Пятница 29.12.2023                                   |                    |                     |     |     |                            |                    |
| С.бед         | Суп картофельный/рыбная консерва                     | 200/20             | 5,8                 | 4   | 20  | 134                        | Т1/3/1994          |
|               | Вифштеко рубленый Детский тушеный                    | 40                 | 8,8                 | 6,3 | 6,8 | 104                        | ТТК № 47           |
|               | Соус основной красный                                | 60                 | 1,4                 | 1,8 | 4,6 | 38                         | 528/3/1994         |
|               | Каша гречневая рассыпчатая                           | 150                | 9,4                 | 9,4 | 44  | 295                        | 463/1994           |
|               | Компот из свежих яблок                               | 200                | 0,2                 | 0   | 38  | 106                        | 585/1994           |
|               | Хлеб пшеничный                                       | 25                 | 1,9                 | 0,2 | 13  | 61                         | ТТК № 57           |
|               | Хлеб ржано-пшеничный                                 | 33                 | 2,4                 | 0,4 | 17  | 72                         | ТТК № 57           |
|               | Итого                                                | 728                | 30                  | 22  | 143 | 810                        |                    |

\* Стоимость 1 комплекса обеда на одного учащегося для школьников категории от 7 до 12 лет составляет 75 рублей.

Согласовано:  
Директор Школы № 3

Директор МАУ "Центр детского  
здорового питания"  
Р.Т.Хакимов



Обед от 12 лет и старше  
за родительскую плату

| Грием<br>жищи | Наименование блюда                                   | Вес<br>блюда | Пищевые<br>вещества |     |     | Энергетическ<br>ая ценность | № рецептуры             |
|---------------|------------------------------------------------------|--------------|---------------------|-----|-----|-----------------------------|-------------------------|
|               |                                                      |              | В                   | Ж   | У   |                             |                         |
|               | Понедельник 25.12.2023                               |              |                     |     |     |                             |                         |
| Сбед          | Суп крестьянский о крупой на костном бульоне         | 250          | 12                  | 7,1 | 12  | 195                         | 134/2004                |
|               | Котлета Куриная запеченные                           | 50           | 8,3                 | 8   | 21  | 170                         | ТТК №48                 |
|               | Соус основной красный                                | 50           | 1,2                 | 1,5 | 3,8 | 32                          | 528/3/1994              |
|               | Рис отварной                                         | 200          | 4,3                 | 7,3 | 49  | 268                         | 465/1994                |
|               | Компот Южный                                         | 200          | 0,3                 | 0   | 28  | 120                         | ТТК №1                  |
|               | Хлеб ржано-пшеничный                                 | 33           | 2,4                 | 0,4 | 17  | 72                          | ТТК № 57                |
|               | Хлеб пшеничный                                       | 25           | 1,9                 | 0,2 | 13  | 61                          | ТТК № 57                |
| Итого         |                                                      | 808          | 30                  | 25  | 143 | 918                         |                         |
|               | Вторник 26.12.2023                                   |              |                     |     |     |                             |                         |
| Сбед          | Борщ Сибирский о фрикадельками                       | 250/20       | 12                  | 6,8 | 18  | 186                         | 113/1994, 112/2004<br>4 |
|               | Крокеты Детские                                      | 40           | 6,9                 | 6,4 | 2,3 | 87                          | ТТК№52                  |
|               | Соус основной красный                                | 60           | 1,3                 | 1,8 | 4,6 | 38                          | 528/3/1994              |
|               | Картофельное пюре                                    | 180          | 3,9                 | 8,4 | 27  | 205                         | 472/1994                |
|               | Чай о сахаром                                        | 200          | 0,2                 | 0   | 15  | 58                          | 628/1994                |
|               | Хлеб пшеничный                                       | 25           | 1,9                 | 0,2 | 13  | 61                          | ТТК № 57                |
|               | Хлеб ржано-пшеничный                                 | 33           | 2,4                 | 0,4 | 17  | 72                          | ТТК № 57                |
| Итого         |                                                      | 808          | 28                  | 24  | 97  | 707                         |                         |
|               | Среда 27.12.2023                                     |              |                     |     |     |                             |                         |
| Сбед          | Щи из свежей капусты о картофелем на костном бульоне | 250          | 4,5                 | 4,3 | 10  | 175                         | 124/2004                |
|               | Тефтели из мясная тушеные                            | 40           | 11                  | 0,6 | 12  | 95                          | ТТК № 102.0             |
|               | Соус основной красный                                | 60           | 1,3                 | 1,8 | 4,6 | 38                          | 528/3/1994              |
|               | Макаронные изделия отварные                          | 200          | 7                   | 8,1 | 47  | 272                         | 469/1994                |
|               | Чай о шиповником                                     | 200          | 0,4                 | 0   | 19  | 81                          | ТТК № 46                |
|               | Хлеб ржано-пшеничный                                 | 33           | 2,4                 | 0,4 | 17  | 72                          | ТТК № 57                |
|               | Хлеб пшеничный                                       | 25           | 1,9                 | 0,2 | 13  | 61                          | ТТК № 57                |
| Итого         |                                                      | 808          | 28                  | 15  | 122 | 794                         |                         |
|               | Четверг 28.12.2023                                   |              |                     |     |     |                             |                         |
| Сбед          | Суп картофельный о бобовыми и фрикадельками          | 250/20       | 16                  | 9,2 | 29  | 261                         | 139/2004, 112/2000      |
|               | Котлета Куриная запеченные                           | 50           | 8,3                 | 8   | 21  | 170                         | ТТК №48                 |
|               | Соус основной красный                                | 50           | 1,2                 | 1,5 | 3,8 | 32                          | 528/3/1994              |
|               | Рис отварной                                         | 180          | 3,9                 | 6,9 | 44  | 244                         | 465/1994                |
|               | Чай о лимоном                                        | 200/7        | 0,3                 | 0   | 13  | 60                          | 629/1994                |
|               | Хлеб пшеничный                                       | 25           | 1,9                 | 0,2 | 13  | 61                          | ТТК № 57                |
|               | Хлеб ржано-пшеничный                                 | 33           | 2,4                 | 0,4 | 17  | 72                          | ТТК № 57                |
| Итого         |                                                      | 815          | 34                  | 26  | 143 | 900                         |                         |
|               | Пятница 15.12.2023                                   |              |                     |     |     |                             |                         |
| Сбед          | Суп картофельный/рыбная консерва                     | 250/20       | 6,9                 | 4,8 | 24  | 160                         | Т1/3/1994               |
|               | Бифштекс рубленный Детский тушеный                   | 40           | 8,8                 | 6,3 | 6,8 | 104                         | ТТК № 47                |
|               | Соус основной красный                                | 60           | 1,4                 | 1,8 | 4,6 | 38                          | 528/3/1994              |
|               | Каша гречневая рассыпчатая                           | 180          | 11                  | 11  | 53  | 356                         | 463/1994                |
|               | Компот из свежих яблок                               | 200          | 0,2                 | 0   | 38  | 106                         | 585/1994                |
|               | Хлеб ржано-пшеничный                                 | 2/33         | 4,8                 | 0,8 | 34  | 144                         | ТТК № 57                |
| Итого         |                                                      | 806          | 33                  | 25  | 160 | 908                         |                         |

\* Стоимость 1 комплекса обеда на одного учащегося для школьников категории от 12 лет и старше составляет 75 рублей.



Согласовано:

Директор Школы №

3



Утверждаю:

Директор МАУ "Центр детского  
здорового питания"  
Р.Т.Хакимов

Полдник от 7 до 12 лет  
- ОВЗ

| Прием<br>гости      | Наименование блюда                            | Вес<br>блюда | Пищевые<br>вещества |       |       | Энергетическая<br>ценность | № рецептуры |
|---------------------|-----------------------------------------------|--------------|---------------------|-------|-------|----------------------------|-------------|
|                     |                                               |              | Б                   | Ж     | У     |                            |             |
|                     | Понедельник 25.12.2023                        |              |                     |       |       |                            |             |
| Полдник             | Макароны запеченные с сыром                   | 180          | 9,82                | 7,5   | 44,09 | 284                        | ТТК №226    |
|                     | Напиток лимонный                              | 200          | 0,2                 | 0     | 25,6  | 103                        | 699/2004    |
|                     | Хлеб пшеничный                                | 25           | 1,9                 | 0,2   | 12,9  | 61                         | ТТК № 57    |
|                     | Конфета Марсианка                             | 11           | 0,2                 | 1,5   | 7     | 41                         | ТН          |
|                     | Фрукты: яблоко свежее                         | 150          | 0,6                 | 0     | 18,9  | 78                         | 338/2005    |
| Итого за<br>полдник |                                               | 566          | 12,72               | 9,2   | 108,5 | 567                        |             |
|                     | Вторник 26.12.2023                            |              |                     |       |       |                            |             |
| Полдник             | Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная     | 150          | 6,6                 | 4,62  | 30,3  | 157                        | Т4/2004     |
|                     | Напиток из кураги                             | 200          | 1,1                 | 0     | 31,5  | 125                        | 638/2004    |
|                     | Хлеб пшеничный                                | 25           | 1,9                 | 0,2   | 12,9  | 61                         | ТТК № 57    |
|                     | Яйцо вареное                                  | 40           | 5,1                 | 4,6   | 0,3   | 63                         | 324/1997    |
|                     | Бутерброд с повидлом                          | 20/5/25      | 1,7                 | 4,3   | 23,5  | 134                        | 2/2004      |
| Итого за<br>полдник |                                               | 465          | 16,4                | 13,72 | 98,5  | 540                        |             |
|                     | Среда 27.12.2023                              |              |                     |       |       |                            |             |
| Полдник             | Бифштекс рубленный Детский тушеный            | 40           | 8,8                 | 6,3   | 6,8   | 104                        | ТТК № 47    |
|                     | Соус основной красный                         | 60           | 1,38                | 1,8   | 4,6   | 38                         | 528/3/1994  |
|                     | Каша гречневая рассыпчатая                    | 160          | 9,2                 | 9,2   | 42,9  | 285                        | 463/1994    |
|                     | Чай с лимоном                                 | 200/7        | 0,3                 | 0     | 15,2  | 60                         | 629/1994    |
|                     | Хлеб пшеничный                                | 25           | 1,9                 | 0,2   | 12,9  | 61                         | ТТК № 57    |
| Итого за<br>полдник | Конфета Чио-рио                               | 14           | 0,7                 | 4,2   | 7,9   | 72                         | ТН          |
|                     |                                               | 506          | 13,48               | 15,4  | 83,5  | 516                        |             |
|                     | Четверг 28.12.2023                            |              |                     |       |       |                            |             |
| Полдник             | Каша пшеничная молочная                       | 150          | 4,3                 | 6,3   | 30    | 170                        | ТТК №42     |
|                     | Хлеб пшеничный                                | 25           | 1,9                 | 0,2   | 12,9  | 61                         | ТТК № 57    |
|                     | Бутерброд с сыром                             | 5/20/2       | 6,7                 | 5,9   | 10,2  | 120                        | 3./1997     |
|                     | Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок | 200          | 0,25                | 0     | 25,1  | 99                         | ТТК №28.1   |
|                     | Конфета Марсианка                             | 11           | 0,2                 | 1,5   | 7     | 41                         | ТН          |
| Итого за<br>полдник |                                               | 436          | 13,35               | 13,9  | 85,2  | 491                        |             |
|                     | Пятница 28.12.2023                            |              |                     |       |       |                            |             |
| Полдник             | Крокеты Детские                               | 40           | 6,9                 | 6,4   | 2,3   | 87                         | ТТК №52     |
|                     | Соус основной красный                         | 60           | 1,3                 | 1,8   | 4,6   | 38                         | 528/3/1994  |
|                     | Рис отварной                                  | 150          | 3,3                 | 5,8   | 37    | 204                        | 465/1994    |
|                     | Хлеб пшеничный                                | 25           | 1,9                 | 0,2   | 12,9  | 61                         | ТТК № 57    |
|                     | Чай с шиповником                              | 200          | 0,4                 | 0     | 18,8  | 81                         | ТТК № 46    |
| Итого за<br>полдник | Батончик Импульс                              | 16           | 2                   | 7     | 17,1  | 140                        | ТН          |
|                     |                                               | 491          | 15,8                | 21,2  | 92,7  | 611                        |             |

\* Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося школы составляет 82 рубля

Согласовано:  
Директор Школы № 3

Утверждаю:  
Директор МАУ "Центр детского  
здорового питания"  
Р.Ф. Жакимов

Полдник от 7 до 12 лет  
многодетные

| Прием<br>пищи          | Наименование блюда                               | Вес<br>блюда | Пищевые<br>вещества |      |       | Энергетическа<br>я ценность | №<br>рецептуры |
|------------------------|--------------------------------------------------|--------------|---------------------|------|-------|-----------------------------|----------------|
|                        |                                                  |              | Б                   | Ж    | У     |                             |                |
| Понедельник 25.12.2023 |                                                  |              |                     |      |       |                             |                |
| Полдник                | Макароны запеченные с сыром                      | 180          | 9,82                | 7,5  | 44,09 | 284                         | ТТК №226       |
|                        | Хлеб пшеничный                                   | 25           | 1,9                 | 0,2  | 12,9  | 61                          | ТТК № 57       |
|                        | Напиток лимонный                                 | 200          | 0,2                 | 0    | 25,6  | 103                         | 699/2004       |
|                        | Фрукты: яблоко свежее                            | 150          | 0,6                 | 0    | 18,9  | 78                          | 338/2005       |
| Итого за<br>полдник    |                                                  | 555          | 12,52               | 7,7  | 101,5 | 526                         |                |
| Вторник 26.12.2023     |                                                  |              |                     |      |       |                             |                |
| Полдник                | Каша из овсяных хлопьев Геркулес<br>молочная     | 150          | 6,6                 | 4,62 | 30,3  | 157                         | Т4/2004        |
|                        | Хлеб пшеничный                                   | 25           | 1,9                 | 0,2  | 12,9  | 61                          | ТТК № 57       |
|                        | Напиток из кураги                                | 200          | 1,1                 | 0    | 31,5  | 125                         | 638/2004       |
|                        | Яйцо вареное                                     | 40           | 5,1                 | 4,6  | 0,3   | 63                          | 324/1997       |
| Итого за<br>полдник    |                                                  | 415          | 14,7                | 9,42 | 75    | 406                         |                |
| Среда 27.12.2023       |                                                  |              |                     |      |       |                             |                |
| Полдник                | Бифштекс рубленый Детский тушеный                | 40           | 8,8                 | 6,3  | 6,8   | 104                         | ТТК № 47       |
|                        | Соус основной красный                            | 60           | 1,38                | 1,8  | 4,6   | 38                          | 528/3/1994     |
|                        | Каша гречневая рассыпчатая                       | 160          | 9,2                 | 9,2  | 42,9  | 285                         | 463/1994       |
|                        | Чай с лимоном                                    | 200/7        | 0,3                 | 0    | 15,2  | 60                          | 629/1994       |
|                        | Хлеб пшеничный                                   | 25           | 1,9                 | 0,2  | 12,9  | 61                          | ТТК № 57       |
| Итого за<br>полдник    |                                                  | 492          | 12,78               | 11,2 | 75,6  | 444                         |                |
| Четверг 28.12.2023     |                                                  |              |                     |      |       |                             |                |
| Полдник                | Каша пшеничная молочная                          | 150          | 4,3                 | 6,3  | 30    | 170                         | ТТК №42        |
|                        | Хлеб пшеничный                                   | 25           | 1,9                 | 0,2  | 12,9  | 61                          | ТТК № 57       |
|                        | Бутерброд с сыром                                | 5/20/25      | 6,7                 | 5,9  | 10,2  | 120                         | 3/1997         |
|                        | Напиток из черноплодной рябины и<br>свежих яблок | 200          | 0,25                | 0    | 25,1  | 99                          | ТТК №28.1      |
| Итого за<br>полдник    |                                                  | 425          | 13,15               | 12,4 | 78,2  | 450                         |                |
| Пятница 29.12.2023     |                                                  |              |                     |      |       |                             |                |
| Полдник                | Крокеты Детские                                  | 40           | 6,9                 | 6,4  | 2,3   | 87                          | ТТК №52        |
|                        | Соус основной красный                            | 60           | 1,3                 | 1,8  | 4,6   | 38                          | 528/3/1994     |
|                        | Рис отварной                                     | 150          | 3,3                 | 5,8  | 37    | 204                         | 465/1994       |
|                        | Хлеб пшеничный                                   | 25           | 1,9                 | 0,2  | 12,9  | 61                          | ТТК № 57       |
|                        | Чай с шиповником                                 | 200          | 0,4                 | 0    | 18,8  | 81                          | ТТК № 46       |
| Итого за<br>полдник    |                                                  | 475          | 13,8                | 14,2 | 75,6  | 471                         |                |

\* Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося школы составляет 70 рублей



Согласовано:

Директор Школы № 3

Директор МАУ "Центр детского здорового питания" Р.Т. Хакимов



Полдник \*

| Прием<br>пищи       | Наименование блюда               | Вес<br>блюда | Пищевые<br>вещества |      |      | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептуры |
|---------------------|----------------------------------|--------------|---------------------|------|------|----------------------------|----------------|
|                     |                                  |              | Б                   | Ж    | У    |                            |                |
|                     | Понедельник 25.12.2023           |              |                     |      |      |                            |                |
| Полдник             | Пирожок с повидлом               | 100          | 4,3                 | 4,4  | 23,7 | 173                        | ТТК № 34       |
|                     | Компот из изюма                  | 200          | 0,4                 | 0    | 27,3 | 107                        | 638/2004       |
| Итого за<br>полдник |                                  | 300          | 4,7                 | 4,4  | 51   | 280                        |                |
|                     | Вторник 26.12.2023               |              |                     |      |      |                            |                |
| Полдник             | Корж молочный                    | 100          | 6,3                 | 11   | 64,3 | 383                        | 102/1999       |
|                     | Чай с лимоном                    | 200/7        | 0,3                 | 0    | 15,2 | 60                         | 629/1994       |
| Итого за<br>полдник |                                  | 307          | 6,6                 | 11   | 79,5 | 443                        |                |
|                     | Среда 27.12.2023                 |              |                     |      |      |                            |                |
| Полдник             | Плюшка                           | 100          | 8,1                 | 11,2 | 66,5 | 280                        | ТТК № 14       |
|                     | Чай с молоком                    | 150/50/15    | 1,6                 | 1,6  | 17,3 | 87                         | 630/3/1994     |
| Итого за<br>полдник |                                  | 315          | 9,7                 | 12,8 | 83,8 | 367                        |                |
|                     | Четверг 28.12.2023               |              |                     |      |      |                            |                |
| Полдник             | Пирожок с капустой и яйцом       | 100          | 5,3                 | 3,4  | 30   | 174                        | 687/1994       |
|                     | Напиток из кураги                | 200          | 1,1                 | 0    | 31,5 | 125                        | 638/2004       |
| Итого за<br>полдник |                                  | 300          | 6,4                 | 3,4  | 61,5 | 299                        |                |
|                     | Пятница 29.12.2023               |              |                     |      |      |                            |                |
| Полдник             | Ватрушка с картофелем и<br>сыром | 100          | 11,3                | 11,3 | 23,5 | 269                        | ТТК № 57       |
|                     | Какао с молоком                  | 200          | 4,9                 | 5    | 32,5 | 190                        | 693/2004       |
| Итого за<br>полдник |                                  | 300          | 16,2                | 16,3 | 56   | 459                        |                |

\* Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося школы составляет 35 рублей.

Согласовано:

Директор Школы № 3



Утверждаю:

Директор МАУ "Центр детского  
здорового питания"  
Т.Т.Хакимов

Полдник от 12 и старше  
- ОВЗ

| Прием<br>пищи       | Наименование блюда                                      | Вес<br>блюда | Пищевые<br>вещества |      |      | Энергетическа<br>я ценность | №<br>рецептур |
|---------------------|---------------------------------------------------------|--------------|---------------------|------|------|-----------------------------|---------------|
|                     |                                                         |              | Б                   | Ж    | У    |                             |               |
|                     | Понедельник 25.12.2023                                  |              |                     |      |      |                             |               |
| Полдник             | Суп крестьянский с крупой на костном                    | 250          | 11,5                | 7,08 | 12,4 | 195                         | 134/2004      |
|                     | Чай с лимоном                                           | 200/7        | 0,3                 | 0    | 15,2 | 60                          | 629/1994      |
|                     | Хлеб пшеничный                                          | 25           | 1,9                 | 0,2  | 12,9 | 61                          | ТТК № 5       |
| Итого за<br>полдник |                                                         | 482          | 13,7                | 7,28 | 40,5 | 316                         |               |
|                     |                                                         |              |                     |      |      |                             |               |
|                     | Вторник 26.12.2023                                      |              |                     |      |      |                             |               |
| Полдник             | Борщ Сибирский на костном бульоне                       | 250          | 9,5                 | 5,7  | 17,6 | 166                         | 113/1994      |
|                     | Чай с сахаром                                           | 200          | 0,2                 | 0    | 15   | 58                          | 628/1994      |
|                     | Хлеб пшеничный                                          | 25           | 1,9                 | 0,2  | 12,9 | 61                          | ТТК № 57      |
| Итого за<br>полдник |                                                         | 495          | 11,6                | 5,9  | 45,5 | 285                         |               |
|                     |                                                         |              |                     |      |      |                             |               |
|                     | Среда 27.12.2023                                        |              |                     |      |      |                             |               |
| Полдник             | Щи из свежей капусты с картофелем на<br>костном бульоне | 250          | 4,5                 | 4,3  | 10,2 | 175                         | 124/2004      |
|                     | Чай с лимоном                                           | 200/7        | 0,3                 | 0    | 15,2 | 60                          | 629/1994      |
|                     | Хлеб пшеничный                                          | 25           | 1,9                 | 0,2  | 12,9 | 61                          | ТТК № 57      |
| Итого за<br>полдник |                                                         | 533          | 2,2                 | 0,2  | 28,1 | 121                         |               |
|                     |                                                         |              |                     |      |      |                             |               |
|                     | Четверг 28.12.2023                                      |              |                     |      |      |                             |               |
| Полдник             | Суп картофельный с бобовыми на<br>костном бульоне       | 250          | 12,2                | 6,85 | 28,4 | 248                         | 139/2004      |
|                     | Чай с сахаром                                           | 200          | 0,2                 | 0    | 15   | 58                          | 628/1994      |
|                     | Хлеб пшеничный                                          | 25           | 1,9                 | 0,2  | 12,9 | 61                          | ТТК № 57      |
| Итого за<br>полдник |                                                         | 475          | 14,3                | 7,05 | 56,3 | 367                         |               |
|                     |                                                         |              |                     |      |      |                             |               |
|                     | Пятница 29.12.2023                                      |              |                     |      |      |                             |               |
| Полдник             | Суп картофельный/рыбная консерва                        | 250/20       | 6,9                 | 4,8  | 23,7 | 160                         | Т1/3/1994     |
|                     | Чай с лимоном                                           | 200/7        | 0,3                 | 0    | 15,2 | 60                          | 629/1994      |
|                     | Хлеб пшеничный                                          | 25           | 1,9                 | 0,2  | 12,9 | 61                          | ТТК № 57      |
| Итого за<br>полдник |                                                         | 502          | 9,1                 | 5    | 51,8 | 281                         |               |

\* Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося школы составляет 12 рублей