

Согласовано:
Директор Школы №



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

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

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------------|---|------------|------------------|-------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| Понедельник 16.10.2023 | | | | | | | |
| 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 завтрак | | 555 | 12,52 | 7,7 | 101,49 | 526 | |
| Вторник 17.10.2023 | | | | | | | |
| Завтрак | Каша из овсяных хлопьев Геркулес 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 завтрак | | 415 | 14,7 | 9,42 | 75 | 406 | |
| Среда 18.10.2023 | | | | | | | |
| Завтрак | Тефтели из мясной тушеные | 40 | 10,7 | 0,6 | 11,9 | 95 | ТТК № 102.0 |
| | Соус основной красный | 60 | 1,3 | 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 завтрак | | 492 | 12,7 | 11,2 | 75,6 | 444 | |
| Четверг 19.10.2023 | | | | | | | |
| Завтрак | Каша пшеничная молочная | 150 | 5,22 | 6,4 | 33,1 | 170 | ТТК № 64 |
| | 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 |
| Итого за завтрак | | 425 | 14,07 | 12,5 | 81,3 | 450 | |
| Пятница 20.10.2023 | | | | | | | |
| 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 |
| | 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 завтрак | | 475 | 15,78 | 14,1 | 80,1 | 488 | |

* Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося школы составляет 70 рубля

Согласовано:
Директор Школы № 3



Утверждаю:
Директор МАМ "Центр детского
здорового питания"
Р.Т.Хакимов

**2 ЗАВТРАК от 7 до 12 лет -
ОВЗ**

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------------|---|------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| Понедельник 16.10.2023 | | | | | | | |
| Завтрак | Макаронны 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 | 108,49 | 567 | |
| Вторник 17.10.2023 | | | | | | | |
| 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 |
| Итого за завтрак | | 465 | 16,4 | 13,72 | 98,5 | 540 | |
| Среда 18.10.2023 | | | | | | | |
| Завтрак | Тефтели из минтая тушеные | 40 | 10,7 | 0,6 | 11,9 | 95 | ТТК № 102.0 |
| | Соус основной красный | 60 | 1,3 | 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 Чио-рио | 14 | 0,7 | 4,2 | 7,9 | 72 | ТН |
| Итого за завтрак | | 506 | 13,4 | 15,4 | 83,5 | 516 | |
| Четверг 19.10.2023 | | | | | | | |
| Завтрак | Каша пшеничная молочная | 150 | 5,22 | 6,4 | 33,1 | 170 | ТТК № 64 |
| | 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 | 14,27 | 14 | 88,3 | 491 | |
| Пятница 20.10.2023 | | | | | | | |
| 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 |
| | 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 |
| | Фрукты: яблоко свежее | 150 | 0,6 | 0 | 18,9 | 78 | 338/2005 |
| Итого за завтрак | | 625 | 16,38 | 14,1 | 99 | 566 | |

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

Согласовано:
Директор Школы №



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

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

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------------|--|------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| Понедельник 16.10.2023 | | | | | | | |
| 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 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 завтрак | | 556 | 12,1 | 5,4 | 79,5 | 406 | |
| Вторник 17.10.2023 | | | | | | | |
| Завтрак | Тефтели из мяты тушеные | 40 | 10,7 | 0,6 | 11,9 | 95 | ТТК № 102.0 |
| | Соус основной красный | 60 | 1,3 | 1,8 | 4,6 | 38 | 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 | 0,25 | 0 | 25,1 | 99 | ТТК № 28.1 |
| | Хлеб пшеничный | 2/25 | 3,8 | 0,4 | 25,8 | 122 | ТТК № 57 |
| Итого за завтрак | | 550 | 23,6 | 11,5 | 117,6 | 666 | |
| Среда 18.10.2023 | | | | | | | |
| Завтрак | Котлеты Домашние | 60 | 7,4 | 8,2 | 11,5 | 151 | 271/2/2005 |
| | Соус основной красный | 40 | 0,9 | 1,2 | 3 | 25 | 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 завтрак | | 558 | 17,3 | 19,3 | 102,7 | 656 | |
| Четверг 19.10.2023 | | | | | | | |
| Завтрак | Котлета Куриная запеченные | 50 | 8,3 | 8 | 20,5 | 170 | ТТК № 48 |
| | Соус основной красный | 50 | 1,15 | 1,5 | 3,84 | 32 | 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 завтрак | | 558 | 9,95 | 9,6 | 97,44 | 661 | |
| Пятница 20.10.2023 | | | | | | | |
| Завтрак | Шницель рубленый | 50 | 13 | 14 | 4 | 189 | 450/2004 |
| | Соус основной красный | 50 | 1,15 | 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 завтрак | | 553 | 23,2 | 24,7 | 69,34 | 630 | |

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

Согласовано:
Директор Школы №



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 16.10.2023 | | | | | | | |
| Завтрак | Сосиска отварная | 2/50 | 10,5 | 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 |
| Итого за завтрак | | 518 | 19,8 | 20,2 | 68,8 | 528 | |
| Вторник 17.10.2023 | | | | | | | |
| Завтрак | Котлета Куриная запеченные | 50 | 8,3 | 8 | 20,5 | 170 | ТТК №48 |
| | Соус основной красный | 50 | 1,15 | 1,5 | 3,84 | 32 | 528/3/1994 |
| | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,6 | 6,5 | 37,5 | 218 | 469/1994 |
| | АК Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок | 200 | 0,25 | 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 |
| Итого за завтрак | | 508 | 19,6 | 16,6 | 116,7 | 652 | |
| Среда 18.10.2023 | | | | | | | |
| Завтрак | Каша рисовая молочная | 200 | 5,8 | 3,4 | 45,1 | 223 | ТТК № 65 |
| | Бутерброд с маслом | 10/25 | 1,9 | 8,5 | 12,9 | 136 | 1/3/1997. |
| | 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 |
| | Напиток фруктосодержащий в ассортименте | 200 | 6 | 6,4 | 9,4 | 120 | ТН |
| Итого за завтрак | | 668 | 16,5 | 18,7 | 111,6 | 678 | |
| Четверг 19.10.2023 | | | | | | | |
| Завтрак | Тефтели из мяты тушеные | 40 | 10,7 | 0,6 | 11,9 | 95 | ТТК № 102.0 |
| | Соус основной красный | 60 | 1,3 | 1,8 | 4,6 | 38 | 528/3/1994 |
| | Картофельное пюре | 150 | 3,32 | 7,06 | 22,89 | 171 | 472/1994 |
| | 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 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61 | ТТК № 57 |
| Итого за завтрак | | 508 | 8,02 | 7,66 | 71,49 | 518 | |
| Пятница 20.10.2023 | | | | | | | |
| Завтрак | Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная | 150 | 6,6 | 4,62 | 30,3 | 207 | Т4/2004 |
| | Яйцо вареное | 40 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 | 324/1997 |
| | 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 |
| | Фрукты: яблоко свежее | 150 | 0,6 | 0 | 18,9 | 85 | 338/2005 |
| Итого за завтрак | | 572 | 14,5 | 9,42 | 77,6 | 476 | |

* Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося для школьников категории от 7 до 12 лет составляет 63 рубля.

Согласовано:
Директор Школы №



Обед 7-12 лет
вторая смена

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------------|--|------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| Понедельник 16.10.2023 | | | | | | | |
| Обед | Суп крестьянский с крупой на костном бульоне | 200 | 9,2 | 5,9 | 10,4 | 163 | 134/2004 |
| | Сосиска отварная | 2/50 | 10,5 | 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 |
| Итого за обед | | 718 | 29 | 26,1 | 79,2 | 691 | |
| Вторник 17.10.2023 | | | | | | | |
| Обед | Борщ Сибирский на костном бульоне | 200 | 5,3 | 3,6 | 14,6 | 113 | 113/1994 |
| | Фрикадельки в соусе | 55/50 | 13,1 | 14,4 | 12,7 | 234 | 481/1997 |
| | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,6 | 6,5 | 37,5 | 218 | 469/1994 |
| | АК Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок | 200 | 0,25 | 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 |
| Итого за обед | | | 28,6 | 25,1 | 119,7 | 797 | |
| Среда 18.10.2023 | | | | | | | |
| Обед | Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне | 200 | 3,6 | 3,5 | 8,4 | 140 | 124/2004 |
| | 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 |
| | Рис отварной | 150 | 3,3 | 5,8 | 37 | 204 | 465/1994 |
| | 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 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61 | ТТК № 57 |
| | Итого за обед | | 708 | 21,8 | 18 | 113,9 | 746 |
| Четверг 19.10.2023 | | | | | | | |
| Обед | Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне | 200 | 8,2 | 5,4 | 23,2 | 173 | 139/20044 |
| | Тефтели из мяты тушеные | 40 | 10,7 | 0,6 | 11,9 | 95 | ТТК № 102.0 |
| | Соус основной красный | 60 | 1,3 | 1,8 | 4,6 | 38 | 528/3/1994 |
| | Картофельное пюре | 150 | 3,32 | 7,06 | 22,89 | 171 | 472/1994 |
| | АК Чай с шиповником | 200 | 0,4 | 0 | 18,8 | 81 | ТТК № 46 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61 | ТТК № 57 |
| | Напиток фруктосодержащий в ассортименте | 200 | 6 | 6,4 | 9,4 | 120 | ТН |
| | Итого за обед | | 875 | 31,8 | 21,5 | 103,7 | 739 |
| Пятница 20.10.2023 | | | | | | | |
| Обед | Суп картофельный/рыбная консерва | 200/20 | 5,8 | 4 | 19,8 | 134 | Т1/3/1994 |
| | Котлета Куриная запеченные | 50 | 8,3 | 8 | 20,5 | 170 | ТТК № 48 |
| | Соус основной красный | 50 | 1,15 | 1,5 | 3,84 | 32 | 528/3/1994 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,6 | 8,6 | 40,3 | 267 | 463/1994 |
| | Чай с лимоном | 200/7 | 0,3 | 0 | 15,2 | 60 | 629/1994 |
| | 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 обед | | 735 | 28,5 | 22,7 | 129,4 | 796 |

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

Согласовано:
Директор Школы №



Обед от 7 до 12 лет за
родительскую плату

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------------|--|------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------|-------------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| Понедельник 16.10.2023 | | | | | | | |
| Обед | Суп крестьянский с крупой на костном бульоне | 200 | 9,2 | 5,9 | 10,4 | 163 | 134/2004 |
| | Котлета Куриная запеченные | 50 | 8,3 | 8 | 20,5 | 170 | ТТК №48 |
| | Соус основной красный | 50 | 1,15 | 1,5 | 3,84 | 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 | 16,9 | 72 | ТТК № 57 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61 | ТТК № 57 |
| Итого | | 708 | 26,6 | 21,8 | 130 | 822 | |
| Вторник 17.10.2023 | | | | | | | |
| Обед | Борщ Сибирский с фрикадельками | 200/20 | 9,9 | 5,7 | 14,8 | 155 | 113/1994,112/2004 |
| | Биточки Школьные | 50 | 8,3 | 8,7 | 8,2 | 155 | ТТК № 10 |
| | Соус основной красный | 50 | 1,15 | 1,5 | 3,84 | 32 | 528/3/1994 |
| | Картофельное пюре | 150 | 3,32 | 7,06 | 22,9 | 171 | 472/1994 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 628/1994 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61 | ТТК № 57 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК № 57 |
| Итого | | 728 | 27,2 | 23,6 | 94,5 | 704 | |
| Среда 18.10.2023 | | | | | | | |
| Обед | Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне | 200 | 3,6 | 3,5 | 8,4 | 140 | 124/2004 |
| | Тефтели из мяты тушеные | 40 | 10,7 | 0,6 | 11,9 | 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 | 42,7 | 248 | 469/1994 |
| | 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 |
| | Итого | | 703 | 24,8 | 13,7 | 103 | 674 |
| Четверг 19.10.2023 | | | | | | | |
| Обед | Суп картофельный с бобовыми и фрикадельками | 200/20 | 12,9 | 7,5 | 23,5 | 213 | 139/2004,112/2004 |
| | Котлеты Домашние | 60 | 7,4 | 8,2 | 11,5 | 151 | 271/2/2005 |
| | Соус основной красный | 40 | 0,9 | 1,2 | 3 | 25 | 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 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК № 57 |
| Итого | | 735 | 29,1 | 23,3 | 120 | 786 | |
| Пятница 20.10.2023 | | | | | | | |
| Обед | Суп картофельный/рыбная консерва | 200/20 | 5,8 | 4 | 19,8 | 134 | Т1/3/1994 |
| | 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 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 9,4 | 9,4 | 44,3 | 295 | 463/1994 |
| | Компот из свежих яблок | 200 | 0,2 | 0 | 37,6 | 106 | 585/1994 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61 | ТТК № 57 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК № 57 |
| Итого | | 728 | 28,6 | 25,4 | 137 | 828 | |

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

Согласовано:
Директор Школы №



Утверждаю:
Директор МАН "Центр детского
здорового питания"
Р.Т. Хакимов

Обед от 12 лет и старше за
родительскую плату

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------------|--|------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------|-------------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| Понедельник 16.10.2023 | | | | | | | |
| Обед | Суп крестьянский с крупой на костном бульоне | 250 | 11,5 | 7,08 | 12,4 | 195 | 134/2004 |
| | Котлета Куриная запеченные | 50 | 8,3 | 8 | 20,5 | 170 | ТТК №48 |
| | Соус основной красный | 50 | 1,15 | 1,5 | 3,84 | 32 | 528/3/1994 |
| | Рис отварной | 200 | 4,3 | 7,5 | 48,8 | 268 | 465/1994 |
| | 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 | | 808 | 29,9 | 24,7 | 143 | 918 | |
| Вторник 17.10.2023 | | | | | | | |
| Обед | Борщ Сибирский с фрикадельками | 250/20 | 11,8 | 6,8 | 17,7 | 186 | 113/1994,112/2004 |
| | Биточки Школьные | 50 | 8,3 | 8,7 | 8,2 | 155 | ТТК № 10 |
| | Соус основной красный | 50 | 1,15 | 1,5 | 3,84 | 32 | 528/3/1994 |
| | Картофельное пюре | 180 | 3,9 | 8,4 | 27,4 | 205 | 472/1994 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 628/1994 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61 | ТТК № 57 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК № 57 |
| Итого | | 808 | 29,7 | 26 | 102 | 769 | |
| Среда 18.10.2023 | | | | | | | |
| Обед | Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне | 250 | 4,5 | 4,3 | 10,2 | 175 | 124/2004 |
| | Тефтели из минтая тушеные | 40 | 10,7 | 0,6 | 11,9 | 95 | ТТК № 102.0 |
| | Соус основной красный | 60 | 1,3 | 1,8 | 4,6 | 38 | 528/3/1994 |
| | Макаронные изделия отварные | 200 | 7,04 | 8,1 | 46,9 | 272 | 469/1994 |
| | 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 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61 | ТТК № 57 |
| Итого | | 808 | 28,2 | 15,4 | 122 | 794 | |
| Четверг 19.10.2023 | | | | | | | |
| Обед | Суп картофельный с бобовыми и фрикадельками | 250/20 | 15,8 | 9,2 | 28,9 | 261 | 139/2004,112/2004 |
| | Котлеты Домашние | 60 | 7,4 | 8,2 | 11,5 | 151 | 271/2/2005 |
| | Соус основной красный | 40 | 0,9 | 1,2 | 3 | 25 | 528/3/1994 |
| | Рис отварной | 180 | 3,9 | 6,9 | 44,4 | 244 | 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 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК № 57 |
| Итого | | 815 | 32,6 | 26,1 | 133 | 874 | |
| Пятница 20.10.2023 | | | | | | | |
| Обед | Суп картофельный/рыбная консерва | 250/20 | 6,9 | 4,8 | 23,7 | 160 | Т1/3/1994 |
| | 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 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 11,4 | 11,4 | 53,4 | 356 | 463/1994 |
| | Компот из свежих яблок | 200 | 0,2 | 0 | 37,6 | 106 | 585/1994 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 2/33 | 4,8 | 0,8 | 33,8 | 144 | ТТК № 57 |
| | Итого | | 806 | 32,2 | 28,4 | 154 | 926 |

* 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 12 лет и
старше - ОВЗ**

| Принем пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------------|--|--------------|------------------|-------------|-------------|----------------------------|----------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| Понедельник 16.10.2023 | | | | | | | |
| Полдник | Суп крестьянский с крупой на костном бульоне | 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 № 57 |
| Итого за полдник | | 482 | 13,7 | 7,28 | 40,5 | 316 | |
| Вторник 17.10.2023 | | | | | | | |
| 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 полдник | | 495 | 11,6 | 5,9 | 45,5 | 285 | |
| Среда 18.10.2023 | | | | | | | |
| Полдник | Щи из свежей капусты с картофелем на 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 полдник | | 533 | 2,2 | 0,2 | 28,1 | 121 | |
| Четверг 19.10.2023 | | | | | | | |
| Полдник | Суп картофельный с бобовыми на 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 полдник | | 475 | 14,3 | 7,05 | 56,3 | 367 | |
| Пятница 20.10.2023 | | | | | | | |
| 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 полдник | | 502 | 9,1 | 5 | 51,8 | 281 | |

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

Согласовано:

Директор Школы №



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



Полдник *

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------------|---|------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| Понедельник 16.10.2023 | | | | | | | |
| 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 полдник | | 300 | 4,7 | 4,4 | 51 | 280 | |
| Вторник 17.10.2023 | | | | | | | |
| 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 полдник | | 307 | 6,6 | 11 | 79,5 | 443 | |
| Среда 18.10.2023 | | | | | | | |
| 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 полдник | | 315 | 9,7 | 12,8 | 83,8 | 367 | |
| Четверг 19.10.2023 | | | | | | | |
| Полдник | Пирожное песочное с вареным сгущенным молоком | 100 | 6,2 | 23,6 | 38,8 | 446 | ТТК № 9 |
| | Напиток из кураги | 200 | 1,1 | 0 | 31,5 | 125 | 638/2004 |
| Итого за полдник | | 300 | 7,3 | 23,6 | 70,3 | 571 | |
| Пятница 20.10.2023 | | | | | | | |
| Полдник | Ватрушка с картофелем и 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 полдник | | 300 | 16,2 | 16,3 | 56 | 459 | |

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

Согласовано:
Директор Школы №



**Полдник от 7 до 12 лет -
ОВЗ**

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------------|---|------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| Понедельник 16.10.2023 | | | | | | | |
| 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 полдник | | 566 | 12,72 | 9,2 | 108,49 | 567 | |
| Вторник 17.10.2023 | | | | | | | |
| 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 полдник | | 465 | 16,4 | 13,72 | 98,5 | 540 | |
| Среда 18.10.2023 | | | | | | | |
| Полдник | Тфтели из мята тушеные | 40 | 10,7 | 0,6 | 11,9 | 95 | ТТК № 102.0 |
| | Соус основной красный | 60 | 1,3 | 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 Чио-рио | 14 | 0,7 | 4,2 | 7,9 | 72 | ТН |
| Итого за полдник | | 506 | 13,4 | 15,4 | 83,5 | 516 | |
| Четверг 19.10.2023 | | | | | | | |
| Полдник | Каша пшеничная молочная | 150 | 5,22 | 6,4 | 33,1 | 170 | ТТК № 64 |
| | 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 полдник | | 436 | 14,27 | 14 | 88,3 | 491 | |
| Пятница 20.10.2023 | | | | | | | |
| Полдник | Бифштеке 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 |
| | 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 |
| | Фрукты: яблоко свежее | 150 | 0,6 | 0 | 18,9 | 78 | 338/2005 |
| Итого за полдник | | 625 | 16,38 | 14,1 | 99 | 566 | |

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

Согласовано:
Директор Школы №



**Полдник от 7 до 12 лет
многодетные**

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------------|---|------------|------------------|-------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| Понедельник 16.10.2023 | | | | | | | |
| 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 полдник | | 555 | 12,52 | 7,7 | 101,49 | 526 | |
| Вторник 17.10.2023 | | | | | | | |
| Полдник | Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная | 150 | 6,6 | 4,62 | 30,3 | 157 | Г4/2004 |
| | 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 полдник | | 415 | 14,7 | 9,42 | 75 | 406 | |
| Среда 18.10.2023 | | | | | | | |
| Полдник | Тефтели из минтая тушеные | 40 | 10,7 | 0,6 | 11,9 | 95 | ГТК № 102.0 |
| | Соус основной красный | 60 | 1,3 | 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 полдник | | 492 | 12,7 | 11,2 | 75,6 | 444 | |
| Четверг 19.10.2023 | | | | | | | |
| Полдник | Каша пшеничная молочная | 150 | 5,22 | 6,4 | 33,1 | 170 | ТТК № 64 |
| | 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 |
| Итого за полдник | | 425 | 14,07 | 12,5 | 81,3 | 450 | |
| Пятница 20.10.2023 | | | | | | | |
| 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 |
| | 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 полдник | | 475 | 15,78 | 14,1 | 80,1 | 488 | |

* Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося школы составляет 70 рубля