

Согласовано:  
Директор Школы № 3



**Полдник от 7 до 12 лет  
многодетные**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 15.05.2023</b>							
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
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
	Конфета Марсианка	11	0,2	1,5	7	41	ТН
<b>Итого за полдник</b>		<b>416</b>	<b>18,12</b>	<b>15,6</b>	<b>98,99</b>	<b>609</b>	
<b>Вторник 16.05.2023</b>							
Полдник	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
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Напиток из кураги	200	1,1	0	31,5	125	638/2004
	Батончик Супер	40	0,8	6,4	5,84	176	ТН
<b>Итого за полдник</b>		<b>455</b>	<b>15,5</b>	<b>15,82</b>	<b>80,84</b>	<b>582</b>	
<b>Среда 17.05.2023</b>							
Полдник	Картофель по-деревенски	150	4,35	5,37	35,47	207	ТТК № 351
	Сыр порционно	10	2,5	3,6	0	38	15/2005
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Фрукты: яблоко свежее	150	0,6	0	18,9	78	338/2005
<b>Итого за полдник</b>		<b>542</b>	<b>9,65</b>	<b>9,17</b>	<b>82,47</b>	<b>444</b>	
<b>Четверг 18.05.2023</b>							
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 повидлом	20/5/25	1,7	4,3	23,5	134	2/2004
	Конфета Чио-рио	14	0,7	4,2	7,9	72	ТН
	Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок	200	0,25	0	25,1	99	ТТК№28.1
<b>Итого за полдник</b>		<b>439</b>	<b>9,77</b>	<b>15,1</b>	<b>102,5</b>	<b>536</b>	
<b>Пятница 19.05.2023</b>							
Полдник	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
	Сыр порционно	10	2,5	3,6	0	38	15/2005
	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 Супер	40	0,8	6,4	5,84	176	ТН
<b>Итого за полдник</b>		<b>525</b>	<b>18,35</b>	<b>25,5</b>	<b>98,88</b>	<b>762</b>	

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

Согласовано:  
Директор Школы №



Утверждаю:  
Директор МАУ «Центр детского  
здорового питания»  
г. Исакар-Олы



**Полдник от 7 до 12 лет и  
ОВЗ**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 15.05.2023</b>							
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
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
<b>Итого за полдник</b>		<b>605</b>	<b>17,92</b>	<b>14,1</b>	<b>91,99</b>	<b>568</b>	
<b>Вторник 16.05.2023</b>							
Полдник	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
<b>Итого за полдник</b>		<b>415</b>	<b>14,7</b>	<b>9,42</b>	<b>75</b>	<b>406</b>	
<b>Среда 17.05.2023</b>							
Полдник	Картофель по-деревенски	150	4,35	5,37	35,47	207	ТТК № 351
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Фрукты: яблоко свежее	150	0,6	0	18,9	78	338/2005
<b>Итого за полдник</b>		<b>532</b>	<b>7,15</b>	<b>5,57</b>	<b>82,47</b>	<b>406</b>	
<b>Четверг 18.05.2023</b>							
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 повидлом	20/5/25	1,7	4,3	23,5	134	2/2004
	Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок	200	0,25	0	25,1	99	ТТК№28.1
<b>Итого за полдник</b>		<b>425</b>	<b>9,07</b>	<b>10,9</b>	<b>94,6</b>	<b>464</b>	
<b>Пятница 19.05.2023</b>							
Полдник	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
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	Сыр порционнно	10	2,5	3,6	0	38	15/2005
<b>Итого за полдник</b>		<b>485</b>	<b>17,55</b>	<b>19,1</b>	<b>93,04</b>	<b>586</b>	

\* Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося школы составляет 63 рубля

Согласовано  
Директор Школы № 3



**Завтрак от 12 лет и старше - ОБЗ**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 15.05.2023</b>							
Завтрак	Птица отварная (бедро)	90	14,6	4,5	0,4	186	ТТК № 66
	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,4	11,4	53,3	355	463/1994
	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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>556</b>	<b>31</b>	<b>16,7</b>	<b>102,5</b>	<b>743</b>	
<b>Вторник 16.05.2023</b>							
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	200	7,5	8,7	50,2	312	469/1994
	АК Компот из свежих яблок	200	0,2	0	37,6	106	585/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
<b>Итого за завтрак</b>		<b>550</b>	<b>21</b>	<b>18,6</b>	<b>137,9</b>	<b>742</b>	
<b>Среда 17.05.2023</b>							
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	2/33	4,8	0,8	33,8	144	ТТК № 57
<b>Итого за завтрак</b>		<b>566</b>	<b>17,8</b>	<b>19,5</b>	<b>106,7</b>	<b>667</b>	
<b>Четверг 18.05.2023</b>							
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
	Каша гречневая вязкая	190	5,7	3	28,3	166	ТТК № 58
	Чай с молоком	150/50/15	1,6	1,6	17,3	87	630/3/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	144	ТТК № 57
<b>Итого за завтрак</b>		<b>571</b>	<b>13,3</b>	<b>6,9</b>	<b>83,24</b>	<b>599</b>	
<b>Пятница 19.05.2023</b>							
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	33,8	144	ТТК № 57
<b>Итого за завтрак</b>		<b>553</b>	<b>23,2</b>	<b>24,7</b>	<b>84,24</b>	<b>630</b>	

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

Согласовано:  
Директор Школы № 3



Утверждаю:  
Директор МАУ «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			
<b>Понедельник 15.05.2023</b>								
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	
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН	
	Конфета Марсианка	11	0,2	1,5	7	41	ТН	
<b>Итого за полдник</b>		<b>416</b>	<b>18,12</b>	<b>15,6</b>	<b>98,99</b>	<b>609</b>		
<b>Вторник 16.05.2023</b>								
Полдник	Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная	150	6,6	4,62	30,3	157	T4/2004	
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57	
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997	
	Напиток из кураги	200	1,1	0	31,5	125	638/2004	
	Батончик Супер	40	0,8	6,4	5,84	176	ТН	
	<b>Итого за полдник</b>		<b>455</b>	<b>15,5</b>	<b>15,82</b>	<b>80,84</b>	<b>582</b>	
<b>Среда 17.05.2023</b>								
Полдник	Картофель по-деревенски	150	4,35	5,37	35,47	207	ТТК № 351	
	Сыр порционно	10	2,5	3,6	0	38	15/2005	
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57	
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994	
	Фрукты: яблоко свежее	150	0,6	0	18,9	78	338/2005	
	<b>Итого за полдник</b>		<b>542</b>	<b>9,65</b>	<b>9,17</b>	<b>82,47</b>	<b>444</b>	
<b>Четверг 18.05.2023</b>								
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 повидлом	20/5/25	1,7	4,3	23,5	134	2/2004	
	Конфета Чио-рио	14	0,7	4,2	7,9	72	ТН	
	Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок	200	0,25	0	25,1	99	ТТК№28.1	
	<b>Итого за полдник</b>		<b>439</b>	<b>9,77</b>	<b>15,1</b>	<b>102,5</b>	<b>536</b>	
<b>Пятница 19.05.2023</b>								
Полдник	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	
	Сыр порционно	10	2,5	3,6	0	38	15/2005	
	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 Супер	40	0,8	6,4	5,84	176	ТН	
	<b>Итого за полдник</b>		<b>525</b>	<b>18,35</b>	<b>25,5</b>	<b>98,88</b>	<b>762</b>	

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

Согласовано:  
 Директор Школы № 3



**Обед 7-12 лет  
 вторая смена**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Б	Ж	У			
<b>Понедельник 15.05.2023</b>								
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	
	Каша гречневая рассыпчатая	160	9,28	9,28	43,12	288	463/1994	
	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	
	<b>Итого за обед</b>		<b>718</b>	<b>14,9</b>	<b>11,4</b>	<b>91,76</b>	<b>511</b>	
<b>Вторник 16.05.2023</b>								
Обед	Борщ Сибирский на костном бульоне	200	5,3	3,6	14,6	113	113/1994	
	Котлета "Улыбка"	50	6,72	5,5	3,9	92	ТТК № 13	
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994	
	Макаронные изделия отварные	160	6	6,9	40,1	249	469/1994	
	АК Компот из свежих яблок	200	0,2	0	37,6	106	585/1994	
	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	
	<b>Итого за обед</b>		<b>718</b>	<b>23,7</b>	<b>18,1</b>	<b>129,8</b>	<b>725</b>	
<b>Среда 17.05.2023</b>								
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне	200	3,6	3,5	8,4	87	124/2004	
	Подкоготи с картофелем	200	7	1,6	55,7	253	ТТК№ 99.2	
	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	
	Напиток фруктоносодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН	
	<b>Итого за обед</b>		<b>833</b>	<b>19,3</b>	<b>11,9</b>	<b>115,5</b>	<b>631</b>	
<b>Четверг 18.05.2023</b>								
Обед	Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне	200	8,2	5,4	23,2	173	139/20044	
	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 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	
	<b>Итого за обед</b>		<b>718</b>	<b>27</b>	<b>18,1</b>	<b>116,1</b>	<b>706</b>	
<b>Пятница 19.05.2023</b>								
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	200/20	5,8	4	19,8	134	Т1/3/1994	
	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	150	3,32	7,06	22,89	171	472/1994	
	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	
	<b>Итого за обед</b>		<b>735</b>	<b>27,9</b>	<b>27,2</b>	<b>95,53</b>	<b>719</b>	

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

Согласовано:  
Директор Школы № 3



Утверждаю:  
Директор МАУ «Центр детского  
здоровья «Гимназия»  
Р.Т.Хакимов



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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 15.05.2023</b>							
Завтрак	Птица отварная (бедро)	90	14,6	4,5	0,4	186	ТТК № 66
	Каша гречневая рассыпчатая	190	10,9	10,9	50,8	339	463/1994
	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
	Конфета Марсианка	11	0,2	1,5	7	41	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>557</b>	<b>16,1</b>	<b>13,2</b>	<b>106,6</b>	<b>582</b>	
<b>Вторник 16.05.2023</b>							
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	200	7,5	8,7	50,2	312	469/1994
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	АК Компот из свежих яблок	200	0,2	0	37,6	106	585/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
<b>Итого за завтрак</b>		<b>590</b>	<b>26,1</b>	<b>23,2</b>	<b>138,2</b>	<b>805</b>	
<b>Среда 17.05.2023</b>							
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
	Сыр порционно	10	2,5	3,6	0	38	15/2005
	АК Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>743</b>	<b>23,9</b>	<b>29,1</b>	<b>99,2</b>	<b>753</b>	
<b>Четверг 18.05.2023</b>							
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
	Каша гречневая вязкая	190	5,7	3	28,3	166	ТТК № 58
	Бутерброд с повидлом	20/5/25	1,7	4,3	23,5	134	2/2004
	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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>573</b>	<b>11,2</b>	<b>9,2</b>	<b>87,54</b>	<b>632</b>	
<b>Пятница 19.05.2023</b>							
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
	Сыр порционно	10	2,5	3,6	0	38	15/2005
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	144	ТТК № 57
<b>Итого за завтрак</b>		<b>563</b>	<b>25,7</b>	<b>28,3</b>	<b>84,24</b>	<b>668</b>	

\* 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



Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 15.05.2023</b>							
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
	Каша гречневая рассыпчатая	160	9,28	9,28	43,12	288	463/1994
	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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>518</b>	<b>13,8</b>	<b>9,88</b>	<b>87,92</b>	<b>479</b>	
<b>Вторник 16.05.2023</b>							
Завтрак	Котлета "Улыбка"	50	6,72	5,5	3,9	92	ТТК № 13
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	160	6	6,9	40,1	249	469/1994
	АК 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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>518</b>	<b>10,5</b>	<b>7,5</b>	<b>107,5</b>	<b>488</b>	
<b>Среда 17.05.2023</b>							
Завтрак	Подкоголи с картофелем	200	7	1,6	55,7	253	ТТК№ 99.2
	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
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>633</b>	<b>15,7</b>	<b>8,4</b>	<b>107,1</b>	<b>544</b>	
<b>Четверг 18.05.2023</b>							
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
	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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>518</b>	<b>18,8</b>	<b>12,7</b>	<b>92,94</b>	<b>533</b>	
<b>Пятница 19.05.2023</b>							
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	150	3,32	7,06	22,89	171	472/1994
	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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>515</b>	<b>22,1</b>	<b>23,2</b>	<b>75,73</b>	<b>585</b>	

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

Согласовано:  
Директор Школы № 3  
г. Йошкар-Ола



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



**2 ЗАВТРАК от 7 до 12 лет  
и ОВЗ**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 15.05.2023</b>							
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
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
<b>Итого за полдник</b>		<b>605</b>	<b>17,92</b>	<b>14,1</b>	<b>91,99</b>	<b>568</b>	
<b>Вторник 16.05.2023</b>							
Полдник	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
<b>Итого за полдник</b>		<b>415</b>	<b>14,7</b>	<b>9,42</b>	<b>75</b>	<b>406</b>	
<b>Среда 17.05.2023</b>							
Полдник	Картофель по-деревенски	150	4,35	5,37	35,47	207	ТТК № 351
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Фрукты: яблоко свежее	150	0,6	0	18,9	78	338/2005
<b>Итого за полдник</b>		<b>532</b>	<b>7,15</b>	<b>5,57</b>	<b>82,47</b>	<b>406</b>	
<b>Четверг 18.05.2023</b>							
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 повидлом	20/5/25	1,7	4,3	23,5	134	2/2004
	Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок	200	0,25	0	25,1	99	ТТК № 28.1
<b>Итого за полдник</b>		<b>425</b>	<b>9,07</b>	<b>10,9</b>	<b>94,6</b>	<b>464</b>	
<b>Пятница 19.05.2023</b>							
Полдник	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
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	Сыр порционно	10	2,5	3,6	0	38	15/2005
<b>Итого за полдник</b>		<b>485</b>	<b>17,55</b>	<b>19,1</b>	<b>93,04</b>	<b>586</b>	

\* Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося школы составляет 63 рубля



Согласовано:  
Директор Школы №



Утверждено:  
Директор МАУ "Центр летнего  
здорового питания"  
Р.Т.Хакимов



Обед от 7 до 12 лет, ОВЗ, за  
родительскую плату

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 15.05.2023</b>							
Обед	Суп крестьянский с крупой на костном бульоне	200	9,2	5,9	10,4	163	134/2004
	Птица отварная (бедро)	90	14,6	4,5	0,4	186	ТТК № 66
	Рис отварной	150	3,3	5,8	37	204	465/1994
	Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	144	ТТК № 57
<b>Итого</b>		<b>706</b>	<b>32,2</b>	<b>17</b>	<b>110</b>		<b>817</b>
<b>Вторник 16.05.2023</b>							
Обед	Борщ Сибирский с фрикадельками	200/20	9,9	5,7	14,8	153	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
<b>Итого</b>		<b>728</b>	<b>27,2</b>	<b>23,6</b>	<b>94,5</b>		<b>702</b>
<b>Среда 17.05.2023</b>							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне	200	3,6	3,5	8,4	87	124/2004
	Котлета рыбная из минтая	70	12,1	7,2	11,6	156	388/2004
	Соус основной красный	30	0,69	0,9	2,3	19	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	170	6,4	7,4	42,7	248	469/1994
	Компот из изюма	200	0,4	0	27,3	107	638/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	<b>Итого</b>		<b>703</b>	<b>43,6</b>	<b>20,2</b>	<b>88,9</b>	
<b>Четверг 18.05.2023</b>							
Обед	Суп картофельный с бобовыми и цыпленком отварным	200/20	18,1	6,6	23,5	225	139/2004,56/17/3/1994
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	28	7	5,3	250	ТТК №20
	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
	<b>Итого</b>		<b>735</b>	<b>54</b>	<b>20</b>	<b>111</b>	
<b>Пятница 19.05.2023</b>							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	200/20	5,8	4	19,8	134	Т1/3/1994
	Котлета "Улыбка"	50	6,72	5,5	3,9	92	ТТК № 13
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	160	10,2	10,2	47,7	318	463/1994
	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
	<b>Итого</b>		<b>738</b>	<b>28,4</b>	<b>21,8</b>	<b>120</b>	

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

Согласовано:  
Директор Школы № 3



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



**Обед от 12 и старше ОВЗ, за  
родительскую плату**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 15.05.2023</b>							
Обед	Суп крестьянский с крупой на костном бульоне	250	11,5	7,3	13	203	134/2004
	Птица отварная (бедро)	90	14,6	4,5	0,4	186	ТТК № 66
	Рис отварной	200	4,3	7,7	49,2	271	465/1994
	Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	144	ТТК № 57
<b>Итого</b>		<b>806</b>	<b>35,5</b>	<b>20,3</b>	<b>124</b>	<b>924</b>	
<b>Вторник 16.05.2023</b>							
Обед	Борщ Сибирский с фрикадельками	250/20	6,6	4,5	18,2	141	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	200	4,4	9,3	30,4	277	472/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
<b>Итого</b>		<b>820</b>	<b>24,5</b>	<b>24,4</b>	<b>101</b>	<b>785</b>	
<b>Среда 17.05.2023</b>							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне	250	4,5	4,3	10,5	108	124/2004
	Котлета рыбная из минтая	70	12,1	7,2	11,6	156	388/2004
	Соус основной красный	30	0,69	0,9	2,3	19	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	200	7,4	8,6	49,9	290	469/1994
	Компот из изюма	200	0,4	0	27,3	107	638/2004
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
<b>Итого</b>		<b>800</b>	<b>28,9</b>	<b>21,4</b>	<b>127</b>	<b>802</b>	
<b>Четверг 18.05.2023</b>							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне	250	10,3	6,8	29,1	217	139/20044
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	28	7	5,3	250	ТТК №20
	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 ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	144	ТТК № 57
<b>Итого</b>		<b>803</b>	<b>47,3</b>	<b>21,5</b>	<b>128</b>	<b>915</b>	
<b>Пятница 19.05.2023</b>							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	7,2	5	24,7	167	Т1/3/1994
	Котлета "Улыбка"	50	6,72	5,5	3,9	92	ТТК № 13
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	180	11,4	11,4	53,4	356	463/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
<b>Итого</b>		<b>800</b>	<b>30,5</b>	<b>23,8</b>	<b>127</b>	<b>827</b>	

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