

Согласовано:
Директор Школы № 3



Утверждаю:
Директор МАУ «Центр детского творчества»
А.М.Волков



**ПОЛДНИК от 7 до 12 лет
ОВЗ**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 13.03.2023							
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
	Макаронные изделия отварные	150	5,1	5,9	34,3	206	469/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
Итого за полдник		475	7,3	6,1	75,2	387	
Вторник 14.03.2023							
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 черноплодной рябины и свежих яблок	200	0,25	0	25,1	99	ТТК№28.1
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за полдник		575	14,75	11,22	77,7	437	
Среда 15.03.2023							
Полдник	Запеканка из творога и моркови со сгущенным молоком	150/20	21,72	14,59	33,07	355	ТТК № 5.4
	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
Итого за полдник		402	23,92	14,79	61,17	476	
Четверг 16.03.2023							
Полдник	Картофель по-деревенски	150	4,35	5,37	35,47	207	ТТК № 351
	Котлета Куриная запеченные	50	8,3	8	20,5	170	ТТК №48
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за полдник		625	20,75	19,97	93,27	616	
Пятница 17.03.2023							
Полдник	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
	Рис отварной	160	3,65	6,1	38,1	225	465/1994
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Кисель яблочный	200	0,1	0	27	107	ТТК №429
Итого за полдник		525	10,75	10,9	78,3	631	

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

Согласовано:

 Директор Школы № 3



Утверждаю:

 Директор МАУ "Центр детского
 питания" А.М.Волков

**ЗАВТРАК от 7 до 12 лет,
 ОВЗ**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 13.03.2023							
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
	Макаронные изделия отварные	150	5,1	5,9	34,3	206	469/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
Итого за полдник		475	7,3	6,1	75,2	387	
Вторник 14.03.2023							
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
	Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок	200	0,25	0	25,1	99	ТТК№28.1
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
	Итого за полдник		575	14,75	11,22	77,7	437
Среда 15.03.2023							
Полдник	Запеканка из творога и моркови со сгущенным молоком	150/20	21,72	14,59	33,07	355	ТТК № 5.4
	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
Итого за полдник		402	23,92	14,79	61,17	476	
Четверг 16.03.2023							
Полдник	Картофель по-деревенски	150	4,35	5,37	35,47	207	ТТК № 351
	Котлета Куриная запеченные	50	8,3	8	20,5	170	ТТК №48
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за полдник		625	20,75	19,97	93,27	616	
Пятница 17.03.2023							
Полдник	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
	Рис отварной	160	3,65	6,1	38,1	225	465/1994
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Кисель яблочный	200	0,1	0	27	107	ТТК №429
Итого за полдник		525	10,75	10,9	78,3	631	

* Стоимость 1 завтрака на одного учащегося школы составляет 63 рубля



Согласовано:
Директор Школы № 3



Утверждаю:
Директор МАУ "Центр детского
питания" А.М.Волков

**ПОЛДНИК от 7 до 12 лет
Многодетные**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 13.03.2023							
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
	Макаронные изделия отварные	150	5,1	5,9	34,3	206	469/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	Конфета Марсианка	11	0,2	1,5	7	41	ТН
Итого за полдник		486	7,5	7,6	82,2	428	
Вторник 14.03.2023							
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
	Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок	200	0,25	0	25,1	99	ТТК№28.1
	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
Итого за полдник		615	19,85	15,82	78	500	
Среда 15.03.2023							
Полдник	Запеканка из творога и моркови со сгущенным молоком	150/20	21,72	14,59	33,07	355	ТТК № 5.4
	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
	Сыр порционно	10	2,5	3,6	0	38	15/2005
Итого за полдник		412	26,42	18,39	61,17	514	
Четверг 16.03.2023							
Полдник	Картофель по-деревенски	150	4,35	5,37	35,47	207	ТТК № 351
	Котлета Куриная запеченные	50	8,3	8	20,5	170	ТТК №48
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
	Конфета Чю-рио	14	0,7	4,2	7,9	72	ТН
Итого за полдник		639	21,45	24,17	101,17	688	
Пятница 17.03.2023							
Полдник	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
	Рис отварной	160	3,65	6,1	38,1	225	465/1994
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Кисель яблочный	200	0,1	0	27	107	ТТК №429
	Сыр порционно	10	2,5	3,6	0	38	15/2005
Итого за полдник		535	13,25	14,5	78,3	669	

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

Согласовано:
Директор Школы № 3



Утверждаю:
Директор МАУ "Центр детского
питания"
А.М.Волков

**ЗАВТРАК от 7 до 12 лет
Многодетные**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 13.03.2023							
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
	Макаронные изделия отварные	150	5,1	5,9	34,3	206	469/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	Конфета Марсианка	11	0,2	1,5	7	41	ТН
Итого за полдник		486	7,5	7,6	82,2	428	
Вторник 14.03.2023							
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 черноплодной рябины и свежих яблок	200	0,25	0	25,1	99	ТТК№28.1
	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
Итого за полдник		615	19,85	15,82	78	500	
Среда 15.03.2023							
Полдник	Запеканка из творога и моркови со сгущенным молоком	150/20	21,72	14,59	33,07	355	ТТК № 5.4
	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
	Сыр порционно	10	2,5	3,6	0	38	15/2005
Итого за полдник		412	26,42	18,39	61,17	514	
Четверг 16.03.2023							
Полдник	Картофель по-деревенски	150	4,35	5,37	35,47	207	ТТК № 351
	Котлета Куриная запеченные	50	8,3	8	20,5	170	ТТК №48
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
	Конфета Чио-рио	14	0,7	4,2	7,9	72	ТН
Итого за полдник		639	21,45	24,17	101,17	688	
Пятница 17.03.2023							
Полдник	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
	Рис отварной	160	3,65	6,1	38,1	225	465/1994
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Кисель яблочный	200	0,1	0	27	107	ТТК №429
	Сыр порционно	10	2,5	3,6	0	38	15/2005
	Итого за полдник		535	13,25	14,5	78,3	669

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

Согласовано:
Директор Школы № 3



Утверждаю:
Директор МАУ "Центр
г. Южуральск" А. М. Волков



**Завтрак 12 лет и
старше-многолетние**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 13.03.2023							
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
	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,3	11,3	56	340	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
	Конфета Марсианка	11	0,2	1,5	7	41	ТН
Итого за завтрак		569	25,5	22,9	132,1	774	
Вторник 14.03.2023							
Завтрак	Манник	250	12,9	29,2	115	710	ТТК №5
	Подлива сладкая	50	0,1	0	15	50	ТТК №25
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
Итого за завтрак		597	22,2	34,2	171,3	1005	
Среда 15.03.2023							
Завтрак	Котлета по-хлыновски	50	8,1	10,2	2,3	132	454/2004
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные с овощами	180	6,8	0,5	36,69	281	ТТК № 6.4
	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	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
	Сыр порционно	10	2,5	3,6	0	38	15/2005
Итого за завтрак		573	16,9	6,4	98,23	603	
Четверг 16.03.2023							
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
	Рис отварной	160	3,6	6,3	39,7	219	465/1994
	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
	Конфета Чио-рио	14	0,7	4,2	7,9	72	ТН
Итого за завтрак		572	9,8	12,3	108,4	569	
Пятница 17.03.2023							
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
	Картофельное пюре	200	4,4	9,3	29,7	222	472/1994
	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
	Сыр порционно	10	2,5	3,6	0	38	15/2005
Итого за завтрак		568	20,9	23	108,9	694	

Согласовано:
Директор Школы № 3



Утверждаю:
Директор МАУ "Центр
Здорового Питание"
А.М.Волков

**Завтрак 12 лет и
старше, ОВЗ, за
родительскую плату**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 13.03.2023							
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
	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,3	11,3	56	340	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
Итого за завтрак		558	25,3	21,4	125,1	733	
Вторник 14.03.2023							
Завтрак	Манник	250	12,9	29,2	115	710	ТТК №5
	Подлива сладкая	50	0,1	0	15	50	ТТК №25
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		557	17,1	29,6	171	942	
Среда 15.03.2023							
Завтрак	Котлета по-хльновски	50	8,1	10,2	2,3	132	454/2004
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные с овощами	180	6,8	0,5	36,69	281	ТТК № 6.4
	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	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		563	14,4	2,8	98,23	565	
Четверг 16.03.2023							
Завтрак	Котлеты Домашние	60	7,4	8,2	11,5	151	271/2/2005
	Соус основной красный	40	0,9	1,2	3	25,6	528/3/1994
	Рис отварной	160	3,6	6,3	39,7	219	465/1994
	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	9,1	8,1	100,5	497,6	
Пятница 17.03.2023							
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
	Картофельное пюре	200	4,4	9,3	29,7	222	472/1994
	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		558	18,4	19,4	108,9	656	