

Согласовано:  
Директор Школы № 3



Утверждаю  
Директор МАОУ «Центр детского питания»  
А.М.Волков



Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 20.03.2023</b>							
Завтрак	Гуляш из филе цыпленка	50/50	28	7	5,3	240	ТТК №20
	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>41,8</b>	<b>16,9</b>	<b>93,22</b>	<b>719</b>	
<b>Вторник 21.03.2023</b>							
Завтрак	Манник	150	7,8	17,6	69,3	444	ТТК №5
	Подлива сладкая	25	0,05	0	7,5	25	ТТК №25
	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
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>600</b>	<b>15,9</b>	<b>24,2</b>	<b>136,7</b>	<b>756</b>	
<b>Среда 22.03.2023</b>							
Завтрак	Каша пшеничная молочная	200	6	9	45,2	228	ТТК № 62
	Бутерброд с маслом	10/25	1,9	8,5	12,9	136	1/3/1997.
	Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок	200	0,25	0	25,1	99	ТТК№28.1
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	144	ТТК № 57
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>501</b>	<b>19</b>	<b>24,7</b>	<b>126,4</b>	<b>727</b>	
<b>Четверг 23.03.2023</b>							
Завтрак	Крокеты с кабачками тушеные	40	6,9	6,4	2,3	87	ТТК №53
	Соус основной красный	60	1,38	1,8	4,6	38	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>17,6</b>	<b>11,4</b>	<b>75,5</b>	<b>456</b>	
<b>Пятница 24.03.2023</b>							
Завтрак	Пельмени отварные "Мылышок"	200	22	24	30	540	664/1994
	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
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>640</b>	<b>30,7</b>	<b>30,8</b>	<b>71,5</b>	<b>792</b>	

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

Согласовано:  
Директор Школы №



Завтрак от 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 20.03.2023</b>							
Завтрак	Гуляш из филе цыпленка	50/50	28	7	5,3	240	ТТК №20
	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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>556</b>	<b>43,9</b>	<b>18,7</b>	<b>104,9</b>	<b>781</b>	
<b>Вторник 21.03.2023</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 22.02.2023</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 23.03.2023</b>							
Завтрак	Крокеты с кабачками тушеные	40	6,9	6,4	2,3	87	ТТК №53
	Соус основной красный	60	1,38	1,8	4,6	38	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>13,5</b>	<b>7,2</b>	<b>84</b>	<b>522</b>	
<b>Пятница 24.03.2023</b>							
Завтрак	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	210	7,9	9,1	52,2	325	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>24,7</b>	<b>17,6</b>	<b>129,5</b>	<b>728</b>	

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

Согласовано:  
Директор Школы № 3



Завтрак от 12 лет и старше, многолетние

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 20.03.2023</b>							
Завтрак	Гуляш из филе цыпленка	50/50	28	7	5,3	240	ТТК №20
	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>567</b>	<b>44,1</b>	<b>20,2</b>	<b>111,9</b>	<b>822</b>	
<b>Вторник 21.03.2023</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
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
<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 22.02.2023</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
	Сыр порционно	10	2,5	3,6	0	38	15/2005
<b>Итого за завтрак</b>		<b>576</b>	<b>20,3</b>	<b>23,1</b>	<b>106,7</b>	<b>705</b>	
<b>Четверг 23.03.2023</b>							
Завтрак	Крокеты с кабачками тушеные	40	6,9	6,4	2,3	87	ТТК №53
	Соус основной красный	60	1,38	1,8	4,6	38	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
	Конфета Чио-рио	14	0,7	4,2	7,9	72	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>585</b>	<b>14,2</b>	<b>11,4</b>	<b>91,9</b>	<b>594</b>	
<b>Пятница 24.03.2023</b>							
Завтрак	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	210	7,9	9,1	52,2	325	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
	Сыр порционно	10	2,5	3,6	0	38	15/2005
<b>Итого за завтрак</b>		<b>560</b>	<b>27,2</b>	<b>21,2</b>	<b>129,5</b>	<b>766</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 питания»  
А.М.Волков



Обед 7-12 лет  
вторая смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 20.03.2023</b>							
Обед	Суп крестьянский с крупой на костном бульоне	200	9,2	5,9	10,4	163	134/2004
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	28	7	5,3	240	ТТК №20
	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>518</b>	<b>41,8</b>	<b>16,9</b>	<b>93,22</b>	<b>719</b>	
<b>Вторник 21.03.2023</b>							
Обед	Борщ Сибирский на костном бульоне	200	5,3	3,6	14,6	113	113/1994
	Манник	150	7,8	17,6	69,3	444	ТТК №5
	Подлива сладкая	25	0,05	0	7,5	25	ТТК №25
	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
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
<b>Итого за обед</b>		<b>800</b>	<b>21,2</b>	<b>27,8</b>	<b>151,3</b>	<b>869</b>	
<b>Среда 22.03.2023</b>							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне	200	3,6	3,5	8,4	87	124/2004
	Сарделька по-таирски	50	9,6	6,25	4,2	182	ТТК№9
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	170	6,4	7,4	42,7	248	469/1994
	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
<b>Итого за обед</b>		<b>710</b>	<b>23,5</b>	<b>19,1</b>	<b>91,24</b>	<b>681</b>	
<b>Четверг 23.03.2023</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 24.03.2023</b>							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	200/20	5,8	4	19,8	134	Т1/3/1994
	Птица отварная (бедро)	90	14,6	4,5	0,4	186	ТТК № 66
	Макаронные изделия отварные	160	6,07	7,03	40,2	250	469/1994
	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>31,1</b>	<b>16,1</b>	<b>105,4</b>	<b>763</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 питания»  
А.М.Волков



Обед 7-12 лет  
вторая смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 20.03.2023</b>							
Обед	Суп крестьянский с крупой на костном бульоне	200	9,2	5,9	10,4	163	134/2004
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	28	7	5,3	240	ТТК №20
	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>518</b>	<b>41,8</b>	<b>16,9</b>	<b>93,22</b>	<b>719</b>	
<b>Вторник 21.03.2023</b>							
Обед	Борщ Сибирский на костном бульоне	200	5,3	3,6	14,6	113	113/1994
	Манник	150	7,8	17,6	69,3	444	ТТК №5
	Подлива сладкая	25	0,05	0	7,5	25	ТТК №25
	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
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
<b>Итого за обед</b>		<b>800</b>	<b>21,2</b>	<b>27,8</b>	<b>151,3</b>	<b>869</b>	
<b>Среда 22.03.2023</b>							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне	200	3,6	3,5	8,4	87	124/2004
	Сарделька по-таирски	50	9,6	6,25	4,2	182	ТТК№9
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	170	6,4	7,4	42,7	248	469/1994
	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
<b>Итого за обед</b>		<b>710</b>	<b>23,5</b>	<b>19,1</b>	<b>91,24</b>	<b>681</b>	
<b>Четверг 23.03.2023</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 24.03.2023</b>							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	200/20	5,8	4	19,8	134	Т1/3/1994
	Птица отварная (бедро)	90	14,6	4,5	0,4	186	ТТК № 66
	Макаронные изделия отварные	160	6,07	7,03	40,2	250	469/1994
	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>31,1</b>	<b>16,1</b>	<b>105,4</b>	<b>763</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 питания»  
А.М.Волков

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 20.03.2023</b>							
Обед	Суп крестьянский с крупой на костном бульоне	250	11,5	7,3	13	203	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	7,7	49,2	271	465/1994
	Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
<b>Итого</b>		<b>800</b>	<b>29,4</b>	<b>24,9</b>	<b>140</b>	<b>918</b>	
<b>Вторник 21.03.2023</b>							
Обед	Борщ Сибирский на костном бульоне	250	6,6	4,5	18,2	141	113/1994
	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>800</b>	<b>24,5</b>	<b>24,4</b>	<b>101</b>	<b>785</b>	
<b>Среда 22.03.2023</b>							
Обед	Ши 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 23.03.2023</b>							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне	250	10,3	6,8	29,1	217	139/20044
	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
	Рис отварной	180	3,8	6,9	44,2	243	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>27,1</b>	<b>21,5</b>	<b>130</b>	<b>788</b>	
<b>Пятница 24.03.2023</b>							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	7,2	5	24,7	167	Т1/3/1994
	Биточек "Гнездышко"	50	8,6	6,3	3,3	105	ТТК № 267
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	190	10,9	10,9	50,8	339	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>810</b>	<b>31,9</b>	<b>24,1</b>	<b>123</b>	<b>823</b>	

\* 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"  
А.М.Волков



Полдник \*

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 20.03.2023</b>							
Полдник	Пирожное турбинка	100	6,4	20,3	45,2	420	ТТК №6
	Компот из изюма	200	0,4	0	27,3	107	638/2004
Итого за полдник		<b>300</b>	<b>6,8</b>	<b>20,3</b>	<b>72,5</b>	<b>527</b>	
<b>Вторник 21.03.2023</b>							
Полдник	Пирожок с повидлом	100	4,3	4,4	23,7	173	ТТК № 34
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
Итого за полдник		<b>307</b>	<b>4,6</b>	<b>4,4</b>	<b>38,9</b>	<b>233</b>	
<b>Среда 22.03.2023</b>							
Полдник	Пирожок с творогом	100	8,3	3,7	31,7	195	687/1994
	Чай с молоком	150/50/15	1,6	1,6	17,3	87	630/3/1994
Итого за полдник		<b>300</b>	<b>9,9</b>	<b>5,3</b>	<b>49</b>	<b>282</b>	
<b>Четверг 23.03.2023</b>							
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		<b>300</b>	<b>7,3</b>	<b>23,6</b>	<b>70,3</b>	<b>571</b>	
<b>Пятница 24.03.2023</b>							
Полдник	Пирожное "Завиток"	100	3,9	13,8	21,3	207	ТТК №4
	Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок	200	0,25	0	25,1	99	ТТК №28.1
Итого за полдник		<b>300</b>	<b>4,15</b>	<b>13,8</b>	<b>46,4</b>	<b>306</b>	

\* Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося школы составляет 30 рублей.

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		
<b>Понедельник 20.03.2023</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 21.03.2023</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
	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 22.03.2023</b>							
Полдник	Пельмени отварные "Мыльшок"	200	22	24	30	540	664/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Компот из изюма	200	0,4	0	27,3	107	638/2004
	Сыр порционно	10	2,5	3,6	0	38	15/2005
<b>Итого за полдник</b>		<b>435</b>	<b>26,8</b>	<b>27,8</b>	<b>70,2</b>	<b>746</b>	
<b>Четверг 23.03.2023</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 сыром	5/20/25	6,7	5,9	10,2	120	3./1997
	Конфета Чيو-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>14,77</b>	<b>16,7</b>	<b>89,2</b>	<b>522</b>	
<b>Пятница 24.03.2023</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
	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 шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
<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 70 рублей



Согласовано:  
Директор Школы № 3



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

**2 ЗАВТРАК от 7 до 12 лет,  
ОВЗ**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 20.03.2023</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 21.03.2023</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
	Напиток из кураги	200	1,1	0	31,5	125	638/2004
	Багончик Чио Рио	30	1,05	9	17,4	156	ТН
<b>Итого за полдник</b>		<b>405</b>	<b>10,65</b>	<b>13,82</b>	<b>92,1</b>	<b>499</b>	
<b>Среда 22.03.2023</b>							
Полдник	Пельмени отварные "Мылышок"	200	22	24	30	540	664/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Компот из изюма	200	0,4	0	27,3	107	638/2004
<b>Итого за полдник</b>		<b>425</b>	<b>24,3</b>	<b>24,2</b>	<b>70,2</b>	<b>708</b>	
<b>Четверг 23.03.2023</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 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
<b>Итого за полдник</b>		<b>425</b>	<b>14,07</b>	<b>12,5</b>	<b>81,3</b>	<b>450</b>	
<b>Пятница 24.03.2023</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
<b>Итого за полдник</b>		<b>475</b>	<b>15,05</b>	<b>15,5</b>	<b>93,04</b>	<b>548</b>	

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

Согласовано:  
Директор Школы № 3



**ПОЛДНИК от 7 до 12 лет,  
ОВЗ**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 20.03.2023</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 21.03.2023</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
	Батончик Чио Рио	30	1,05	9	17,4	156	ТН
<b>Итого за полдник</b>		<b>405</b>	<b>10,65</b>	<b>13,82</b>	<b>92,1</b>	<b>499</b>	
<b>Среда 22.03.2023</b>							
Полдник	Пельмени отварные "Мылышок"	200	22	24	30	540	664/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Компот из изюма	200	0,4	0	27,3	107	638/2004
<b>Итого за полдник</b>		<b>425</b>	<b>24,3</b>	<b>24,2</b>	<b>70,2</b>	<b>708</b>	
<b>Четверг 23.03.2023</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 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
<b>Итого за полдник</b>		<b>425</b>	<b>14,07</b>	<b>12,5</b>	<b>81,3</b>	<b>450</b>	
<b>Пятница 24.03.2023</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
<b>Итого за полдник</b>		<b>475</b>	<b>15,05</b>	<b>15,5</b>	<b>93,04</b>	<b>548</b>	

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

Согласовано:  
 Директор Школы № 3



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

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 20.03.2023</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 21.03.2023</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
	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 22.03.2023</b>							
Полдник	Пельмени отварные "Мылышок"	200	22	24	30	540	664/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Компот из изюма	200	0,4	0	27,3	107	638/2004
	Сыр порционно	10	2,5	3,6	0	38	15/2005
<b>Итого за полдник</b>		<b>435</b>	<b>26,8</b>	<b>27,8</b>	<b>70,2</b>	<b>746</b>	
<b>Четверг 23.03.2023</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 сыром	5/20/25	6,7	5,9	10,2	120	3./1997
	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>14,77</b>	<b>16,7</b>	<b>89,2</b>	<b>522</b>	
<b>Пятница 24.03.2023</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
	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 пивовником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
<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 70 рублей