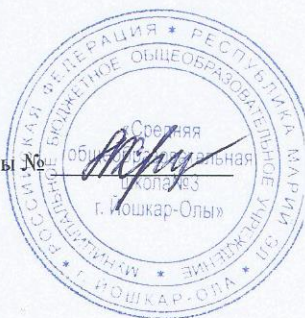


Согласовано:  
Директор Школы №



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 25.09.2023</b>                 |           |                  |       |       |                         |             |
| Завтрак          | Ежики "Детские"                               | 40        | 9,04             | 13,1  | 3,01  | 166                     | ТТК № 102.1 |
|                  | Соус основной красный                         | 60        | 1,38             | 1,8   | 4,6   | 38                      | 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 завтрак |                                               | 475       | 17,72            | 21    | 82,81 | 591                     |             |
|                  | <b>Вторник 26.09.2023</b>                     |           |                  |       |       |                         |             |
| Завтрак          | Каша пшеничная молочная                       | 150       | 5,22             | 6,48  | 33,34 | 172                     | Т4/2004     |
|                  | Яйцо вареное                                  | 40        | 5,1              | 4,6   | 0,3   | 63                      | 324/1997    |
|                  | Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок | 200       | 0,25             | 0     | 25,1  | 99                      | ТТК №28.1   |
|                  | Хлеб пшеничный                                | 25        | 1,9              | 0,2   | 12,9  | 61                      | ТТК № 57    |
|                  |                                               | 415       | 12,47            | 11,28 | 71,64 | 395                     |             |
| Итого за завтрак |                                               |           |                  |       |       |                         |             |
|                  | <b>Среда 27.09.2023</b>                       |           |                  |       |       |                         |             |
| Завтрак          | Сырники Классические                          | 135       | 19,2             | 10,9  | 20,32 | 256                     | ТТК №99,1   |
|                  | Подлива сладкая                               | 50        | 0,1              | 0     | 15    | 50                      | ТТК №25     |
|                  | 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    |
|                  |                                               | 410       | 21,6             | 11,1  | 67,02 | 448                     |             |
| Итого за завтрак |                                               |           |                  |       |       |                         |             |
|                  | <b>Четверг 28.09.2023</b>                     |           |                  |       |       |                         |             |
| 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                    | 150       | 8,6              | 8,6   | 40,1  | 267                     | 463/1994    |
|                  | Хлеб пшеничный                                | 25        | 1,9              | 0,2   | 12,9  | 61                      | ТТК № 57    |
|                  | Чай с сахаром                                 | 200       | 0,2              | 0     | 15    | 58                      | 628/1994    |
|                  |                                               | 475       | 22,7             | 11,2  | 84,5  | 519                     |             |
| Итого за завтрак |                                               |           |                  |       |       |                         |             |
|                  | <b>Пятница 29.09.2023</b>                     |           |                  |       |       |                         |             |
| 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       | 3,39             | 5,6   | 35,4  | 209                     | 465/1994    |
|                  | Кисель яблочный                               | 200       | 0,1              | 0     | 27    | 107                     | ТТК №429    |
|                  | Хлеб пшеничный                                | 25        | 1,9              | 0,2   | 12,9  | 61                      | ТТК № 57    |
|                  |                                               | 475       | 15,57            | 13,9  | 86,7  | 519                     |             |
| Итого за завтрак |                                               |           |                  |       |       |                         |             |

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

Согласовано:

Директор Школы №



Директор МАУ «Центр детского здоровья



## 2 ЗАВТРАК от 7 до 12 лет

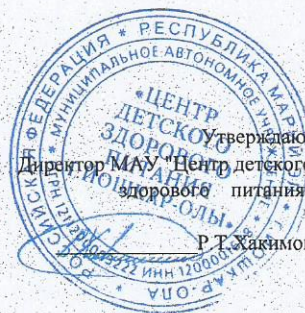
- ОБЗ

| Прием пищи       | Наименование блюда                            | Вес блюда | Пищевые вещества |       |        | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------------|-----------------------------------------------|-----------|------------------|-------|--------|-------------------------|-------------|
|                  |                                               |           | Б                | Ж     | У      |                         |             |
|                  | Понедельник 25.09.2023                        |           |                  |       |        |                         |             |
| Завтрак          | Ежики "Детские"                               | 40        | 9,04             | 13,1  | 3,01   | 166                     | ТТК № 102.1 |
|                  | Соус основной красный                         | 60        | 1,38             | 1,8   | 4,6    | 38                      | 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      |
|                  | Бутерброд с повидлом                          | 20/5/25   | 1,7              | 4,3   | 23,5   | 134                     | 2/2004      |
| Итого за завтрак |                                               | 525       | 19,42            | 25,3  | 106,31 | 725                     |             |
|                  | Вторник 26.09.2023                            |           |                  |       |        |                         |             |
| Завтрак          | Каша пшеничная молочная                       | 150       | 5,22             | 6,48  | 33,34  | 172                     | Т4/2004     |
|                  | Яйцо вареное                                  | 40        | 5,1              | 4,6   | 0,3    | 63                      | 324/1997    |
|                  | Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок | 200       | 0,25             | 0     | 25,1   | 99                      | ТТК№28.1    |
|                  | 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 |                                               | 426       | 12,67            | 12,78 | 78,64  | 436                     |             |
|                  | Среда 27.09.2023                              |           |                  |       |        |                         |             |
| Завтрак          | Сырники Классические                          | 135       | 19,2             | 10,9  | 20,32  | 256                     | ТТК №99,1   |
|                  | Подлива сладкая                               | 50        | 0,1              | 0     | 15     | 50                      | ТТК №25     |
|                  | Чай с шиповником                              | 200       | 0,4              | 0     | 18,8   | 81                      | ТТК № 46    |
|                  | 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 |                                               | 424       | 22,3             | 15,3  | 74,92  | 520                     |             |
|                  | Четверг 28.09.2023                            |           |                  |       |        |                         |             |
| 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                    | 150       | 8,6              | 8,6   | 40,1   | 267                     | 463/1994    |
|                  | Хлеб пшеничный                                | 25        | 1,9              | 0,2   | 12,9   | 61                      | ТТК № 57    |
|                  | Чай с сахаром                                 | 200       | 0,2              | 0     | 15     | 58                      | 628/1994    |
|                  | Бутерброд с повидлом                          | 20/5/25   | 1,7              | 4,3   | 23,5   | 134                     | 2/2004      |
| Итого за завтрак |                                               | 535       | 24,4             | 15,5  | 108    | 653                     |             |
|                  | Пятница 29.09.2023                            |           |                  |       |        |                         |             |
| 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       | 3,39             | 5,6   | 35,4   | 209                     | 465/1994    |
|                  | Кисель яблочный                               | 200       | 0,1              | 0     | 27     | 107                     | ТТК №429    |
|                  | Хлеб пшеничный                                | 25        | 1,9              | 0,2   | 12,9   | 61                      | ТТК № 57    |
|                  | Яйцо вареное                                  | 40        | 5,1              | 4,6   | 0,3    | 63                      | 324/1997    |
| Итого за завтрак |                                               | 515       | 20,67            | 18,5  | 87     | 582                     |             |

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

Согласовано:

Директор Школы №



### Завтрак 7-12 лет

| Прием<br>пищи       | Наименование блюда                                                       | Вес<br>блюда | Пищевые<br>вещества |      |       | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептуры |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------|------|-------|----------------------------|----------------|
|                     |                                                                          |              | Б                   | Ж    | У     |                            |                |
|                     | Понедельник 25.09.2023                                                   |              |                     |      |       |                            |                |
| 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                                               | 150          | 8,6                 | 8,6  | 40,1  | 267                        | 463/1994       |
|                     | АК Чай с сахаром                                                         | 200          | 0,2                 | 0    | 15    | 58                         | 628/1994       |
|                     | Хлеб пшеничный                                                           | 2/25         | 3,8                 | 0,4  | 25,8  | 122                        | ТТК № 57       |
| Итого за<br>завтрак |                                                                          | 500          | 22,8                | 17,1 | 92,3  | 589                        |                |
|                     | Вторник 26.09.2023                                                       |              |                     |      |       |                            |                |
|                     | 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     |
|                     | Рис отварной                                                             | 160          | 3,65                | 6,1  | 38,1  | 225                        | 465/1994       |
|                     | 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       |
| Итого за<br>завтрак |                                                                          | 500          | 6,35                | 6,5  | 70,2  | 517                        |                |
|                     | Среда 27.09.2023                                                         |              |                     |      |       |                            |                |
| Завтрак             | Бутерброд с повидлом                                                     | 20/5/25      | 1,7                 | 4,3  | 23,5  | 134                        | 2/2004         |
|                     | Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная                                | 220          | 9,6                 | 6,7  | 44,2  | 229                        | Т4/2004        |
|                     | АК 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       |
| Итого за<br>завтрак |                                                                          | 503          | 14,1                | 11,4 | 111,9 | 542                        |                |
|                     | Четверг 28.09.2023                                                       |              |                     |      |       |                            |                |
| Завтрак             | Каша с мясом (марийское национальное блюдо)                              | 200          | 2,6                 | 3,22 | 10,17 | 297                        | ТТК №105.1     |
|                     | АК Напиток клюквенный со свежими яблоками                                | 200          | 0,1                 | 0,1  | 10,9  | 65                         | ТТК №108.1     |
|                     | Хлеб ржано-пшеничный                                                     | 33           | 2,4                 | 0,4  | 16,9  | 72                         | ТТК № 57       |
|                     | Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное<br>витаминами и йодом | 200          | 6                   | 6,4  | 9,4   | 120                        | ТН             |
| Итого за<br>завтрак |                                                                          | 633          | 11,1                | 10,1 | 47,37 | 554                        |                |
|                     | Пятница 29.09.2023                                                       |              |                     |      |       |                            |                |
| 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     |
|                     | Картофельное пюре                                                        | 180          | 3,9                 | 8,3  | 26,7  | 180                        | 472/1994       |
|                     | АК Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок                         | 200          | 0,25                | 0    | 25,1  | 99                         | ТТК №28.1      |
|                     | Хлеб пшеничный                                                           | 25           | 1,9                 | 0,2  | 12,9  | 61                         | ТТК № 57       |
| Итого за<br>завтрак |                                                                          | 505          | 18,1                | 10,9 | 81,2  | 473                        |                |

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

Согласовано:  
Директор Школы №



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



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

| Прием пищи       | Наименование блюда                                                    | Вес блюда | Пищевые вещества |      |       | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------------|-----------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|------|-------|-------------------------|-------------|
|                  |                                                                       |           | Б                | Ж    | У     |                         |             |
|                  | <b>Понедельник 25.09.2023</b>                                         |           |                  |      |       |                         |             |
| 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                                            | 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       | 26               | 20   | 112,2 | 673                     |             |
|                  | <b>Вторник 26.09.2023</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  |
|                  | Рис отварной                                                          | 180       | 4,3              | 7,3  | 45,7  | 270                     | 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    |
|                  |                                                                       | 553       | 18,9             | 17,6 | 119   | 676                     |             |
| Итого за завтрак |                                                                       | 553       | 18,9             | 17,6 | 119   | 676                     |             |
|                  | <b>Среда 27.09.2023</b>                                               |           |                  |      |       |                         |             |
| 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    |
| Итого за завтрак |                                                                       | 563       | 22,5             | 13   | 100,5 | 697                     |             |
|                  | <b>Четверг 28.09.2023</b>                                             |           |                  |      |       |                         |             |
| Завтрак          | Сырники Классические                                                  | 135       | 19,2             | 10,9 | 20,32 | 256                     | ТТК №99,1   |
|                  | Подлива сладкая                                                       | 50        | 0,1              | 0    | 15    | 50                      | ТТК №25     |
|                  | АК 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    |
|                  | Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом | 200       | 6                | 6,4  | 9,4   | 120                     | ТН          |
|                  |                                                                       | 618       | 28,1             | 17,7 | 88,92 | 605                     |             |
| Итого за завтрак |                                                                       | 618       | 28,1             | 17,7 | 88,92 | 605                     |             |
|                  | <b>Пятница 29.09.2023</b>                                             |           |                  |      |       |                         |             |
| 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  |
|                  | Картофельное пюре                                                     | 200       | 3,9              | 8,3  | 26,7  | 180                     | 472/1994    |
|                  | АК Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок                      | 200       | 0,27             | 0    | 27,8  | 109                     | 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       | 20,5             | 11,3 | 100,8 | 555                     |             |

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

Согласовано:  
Директор Школы №

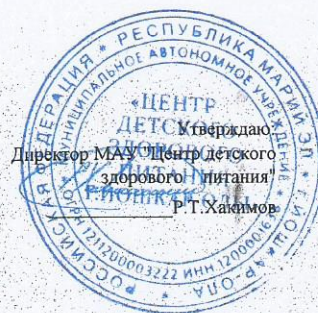


ОБЕД 7-12 лет  
вторая смена

| Прием<br>пищи    | Наименование блюда                                                       | Вес<br>блюда | Пищевые<br>вещества |      |       | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептуры        |
|------------------|--------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------|------|-------|----------------------------|-----------------------|
|                  |                                                                          |              | Б                   | Ж    | У     |                            |                       |
|                  | Понедельник 25.09.2023                                                   |              |                     |      |       |                            |                       |
| Обед             | Суп картофельный с макарон.изделиями и цыпленком<br>отварным             | 200/20       | 21,2                | 4    | 18,5  | 197                        | 140/2004,<br>Т17/1994 |
|                  | Биштекс 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          | 9,28                | 9,28 | 43,12 | 288                        | 463/1994              |
|                  | АК 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 за<br>обед |                                                                          | 738          | 45,2                | 22   | 117,8 | 818                        |                       |
|                  | Вторник 26.09.2023                                                       |              |                     |      |       |                            |                       |
| Обед             | Рассольник ленинградский на костном бульоне                              | 200          | 4,1                 | 4,2  | 16    | 114                        | 132/2004;             |
|                  | 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            |
|                  | Рис отварной                                                             | 160          | 3,65                | 6,1  | 38,1  | 225                        | 465/1994              |
|                  | 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              |
| Итого за<br>обед |                                                                          | 700          | 19,4                | 22,1 | 92    | 631                        |                       |
|                  | Среда 27.09.2023                                                         |              |                     |      |       |                            |                       |
| Обед             | Борщ с капустой,картофелем и фрикадельками                               | 200/20       | 11,7                | 5,7  | 11,1  | 206                        | 110/2004,112<br>/2004 |
|                  | Ежики "Детские"                                                          | 40           | 9,04                | 13,1 | 3,01  | 166                        | ТТК № 102.1           |
|                  | Соус основной красный                                                    | 60           | 1,38                | 1,8  | 4,6   | 38                         | 528/3/1994            |
|                  | Каша гречневая вязкая                                                    | 150          | 4,4                 | 2,4  | 22,1  | 130                        | ТТК № 58              |
|                  | Кисель яблочный                                                          | 200          | 0,1                 | 0    | 27    | 107                        | ТТК №429              |
|                  | 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 за<br>обед |                                                                          | 728          | 30,9                | 23,6 | 97,61 | 780                        |                       |
|                  | Четверг 28.09.2023                                                       |              |                     |      |       |                            |                       |
| Обед             | Суп картофельный с бобовыми и фрикадельками                              | 200/20       | 12,8                | 7,48 | 23,5  | 253                        | 139/2004,112<br>/2004 |
|                  | Каша с мясом (марийское национальное блюдо)                              | 200          | 2,6                 | 3,22 | 10,17 | 297                        | ТТК №105.1            |
|                  | АК Напиток клюквенный со свежими яблоками                                | 200          | 0,1                 | 0,1  | 10,9  | 65                         | ТТК №108.1            |
|                  | Хлеб ржано-пшеничный                                                     | 33           | 2,4                 | 0,4  | 16,9  | 72                         | ТТК № 57              |
|                  | Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное<br>витаминами и йодом | 200          | 6                   | 6,4  | 9,4   | 120                        | ТН                    |
|                  |                                                                          | 853          | 23,9                | 17,6 | 70,87 | 807                        |                       |
|                  | Пятница 29.09.2023                                                       |              |                     |      |       |                            |                       |
| Обед             | Суп картофельный с макарон.изделиями и цыпленком<br>отварным             | 200/20       | 21,2                | 4    | 18,5  | 197                        | 140/2004,<br>Т17/1994 |
|                  | Тефтели из мянтая 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          | 3,2                 | 6,8  | 22,1  | 149                        | 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              |
| Итого за<br>обед |                                                                          | 703          | 39,1                | 13,6 | 99,1  | 650                        |                       |

\* 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<br>пищи | Наименование блюда                                        | Вес<br>блюда | Пищевые<br>вещества |      |      | Энергетическая<br>ценность | № рецептуры           |
|---------------|-----------------------------------------------------------|--------------|---------------------|------|------|----------------------------|-----------------------|
|               |                                                           |              | Б                   | Ж    | У    |                            |                       |
|               | Понедельник 25.09.2023                                    |              |                     |      |      |                            |                       |
| Обед          | Суп картофельный с макарон.изделиями и цыпленком отварным | 200/20       | 21,2                | 4    | 18,5 | 197                        | 140/2004,<br>Т17/1994 |
|               | 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            |
|               | Рис отварной                                              | 150          | 3,39                | 5,6  | 35,4 | 209                        | 465/1994              |
|               | Напиток из плодов шиповника                               | 200          | 0,8                 | 0    | 30   | 119                        | 705/2004              |
|               | 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         |                                                           | 738          | 24                  | 24,8 | 83,3 | 657,2                      |                       |
|               | Вторник 26.09.2023                                        |              |                     |      |      |                            |                       |
| Обед          | Рассольник ленинградский на костном бульоне               | 200          | 4,1                 | 4,2  | 16   | 114                        | 132/2004;             |
|               | 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            |
|               | Картофельное пюре                                         | 150          | 3,2                 | 6,9  | 22,5 | 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         |                                                           | 708          | 23,8                | 14,1 | 99,8 | 609                        |                       |
|               | Среда 27.09.2023                                          |              |                     |      |      |                            |                       |
| Обед          | Борщ с капустой,картофелем и фрикадельками                | 200/20       | 11,7                | 5,7  | 11,1 | 206                        | 110/2004,112/2004     |
|               | 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 вязкая                                     | 150          | 4,4                 | 2,4  | 22,1 | 130                        | ТТК № 58              |
|               | Кисель яблочный                                           | 200          | 0,1                 | 0    | 27   | 107                        | ТТК №429              |
|               | Хлеб пшеничный                                            | 2/25         | 3,8                 | 0,4  | 25,8 | 122                        | ТТК № 57              |
| Итого         |                                                           | 720          | 28,9                | 19,9 | 91,8 | 725                        |                       |
|               | Четверг 28.09.2023                                        |              |                     |      |      |                            |                       |
| Обед          | Суп картофельный с бобовыми и фрикадельками               | 200/20       | 12,8                | 7,48 | 23,5 | 253                        | 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            |
|               | Макаронные изделия отварные                               | 150          | 5,6                 | 6,5  | 37,5 | 218                        | 469/1994              |
|               | 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          | 39,1                | 16,7 | 116  | 743                        |                       |
|               | Пятница 29.09.2023                                        |              |                     |      |      |                            |                       |
| Обед          | Суп картофельный с макарон.изделиями и цыпленком отварным | 200/20       | 21,2                | 4    | 18,5 | 197                        | 140/2004,             |
|               | Ежики "Детские"                                           | 40           | 9,04                | 13,1 | 3,01 | 166                        | ТТК № 102.1           |
|               | Соус основной красный                                     | 60           | 1,38                | 1,8  | 4,6  | 38                         | 528/3/1994            |
|               | Каша гречневая рассыпчатая                                | 150          | 8,6                 | 8,6  | 40   | 267                        | 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              |
| Итого         |                                                           | 720          | 44,2                | 27,9 | 107  | 848                        |                       |

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

Согласовано:

Директор Школы №



Обед от 12 лет и старше за родительскую плату

| Прием пищи | Наименование блюда                                        | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |       |       | Энергетическая<br>ценность | № рецептуры           |
|------------|-----------------------------------------------------------|--------------|------------------|-------|-------|----------------------------|-----------------------|
|            |                                                           |              | Б                | Ж     | У     |                            |                       |
|            | Понедельник 25.09.2023                                    |              |                  |       |       |                            |                       |
| Обед       | Суп картофельный с макарон.изделиями и цыпленком          | 250/20       | 25,4             | 4,8   | 22,2  | 236                        | 140/2004,             |
|            | 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                                              | 180          | 4                | 6,8   | 42,6  | 252                        | 465/1994              |
|            | Напиток из плодов шиповника                               | 200          | 0,8              | 0     | 30    | 119                        | 705/2004              |
|            | 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          | 43,95            | 21,7  | 148,9 | 942                        |                       |
|            |                                                           |              |                  |       |       |                            |                       |
|            | Вторник 26.09.2023                                        |              |                  |       |       |                            |                       |
| Обед       | Рассольник ленинградский на костном бульоне               | 250          | 5,1              | 5,2   | 20    | 142                        | 132/2004;             |
|            | 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            |
|            | Картофельное пюре                                         | 200          | 4,2              | 9,2   | 30    | 224                        | 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          | 25,8             | 17,4  | 111,3 | 690                        |                       |
|            |                                                           |              |                  |       |       |                            |                       |
|            | Среда 27.09.2023                                          |              |                  |       |       |                            |                       |
| Обед       | Борщ с капустой,картофелем и фрикадельками                | 250/20       | 14,2             | 6,9   | 13,5  | 251                        | 110/2004,112/2004     |
|            | 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 вязкая                                     | 180          | 5,3              | 2,9   | 26,6  | 156                        | ТТК № 58              |
|            | Кисель яблочный                                           | 200          | 0,1              | 0     | 27    | 107                        | ТТК №429              |
|            | Хлеб пшеничный                                            | 2/25         | 3,8              | 0,4   | 25,8  | 122                        | ТТК № 57              |
|            |                                                           | 800          | 32,3             | 21,6  | 98,7  | 796                        |                       |
| Итого      |                                                           | 800          | 32,3             | 21,6  | 98,7  | 796                        |                       |
|            |                                                           |              |                  |       |       |                            |                       |
|            | Четверг 28.09.2023                                        |              |                  |       |       |                            |                       |
| Обед       | Суп картофельный с бобовыми и фрикадельками               | 250/20       | 15,6             | 9,1   | 28,6  | 308                        | 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            |
|            | Макаронные изделия отварные                               | 180          | 6,7              | 7,8   | 45    | 261                        | 469/1994              |
|            | 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          | 35,2             | 26,9  | 133,1 | 938                        |                       |
|            |                                                           |              |                  |       |       |                            |                       |
|            | Пятница 29.09.2023                                        |              |                  |       |       |                            |                       |
| Обед       | Суп картофельный с макарон.изделиями и цыпленком отварным | 250/20       | 25,8             | 4,8   | 22,5  | 240                        | 140/2004,<br>Т17/1994 |
|            | Ежики "Детские"                                           | 40           | 9,04             | 13,1  | 3,01  | 166                        | ТТК № 102.1           |
|            | Соус основной красный                                     | 60           | 1,38             | 1,8   | 4,6   | 38                         | 528/3/1994            |
|            | Каша гречневая рассыпчатая                                | 180          | 10,3             | 10,9  | 48,2  | 322                        | 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              |
|            | Итого                                                     |              | 800              | 50,52 | 31    | 119,1                      | 946                   |

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