



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г. ЙОШКАР-ОЛА»

2500/

Согласовано:  
Директор Школы №



Утверждаю:  
Директор МАУ «Центр  
А.М. Волков



Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>Понедельник 28.11.2022</b>						
Завтрак	Тефтели Детские тушеные	50	6,9	6,4	2,3	87	ТТК №54
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,63	8,6	42,3	257	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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>508</b>	<b>21,2</b>	<b>17,1</b>	<b>93,24</b>	<b>567</b>	
	<b>Вторник 29.11.2022</b>						
Завтрак	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная	160	6,9	4,8	31,9	165	T4/2004
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Фрукт: яблоко свежее	150	0,34	0	18,6	69	338/2005
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>582</b>	<b>14,5</b>	<b>9,6</b>	<b>78,9</b>	<b>418</b>
	<b>Среда 30.11.2022</b>						
Завтрак	Гарнировка: икра морковная	60	1,6	4,4	8,2	82	78/2004
	Плов по-домашнему с филе куриным	50/150	23,8	14,9	40	349	ТТК № 2/1
	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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>510</b>	<b>29,4</b>	<b>19,7</b>	<b>89</b>	<b>611</b>	
	<b>Четверг 01.12.2022</b>						
Завтрак	Шницель Тотоша запеченный	50	9,9	5,3	2,2	121	ТТК №50
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	160	5,52	6,46	36,76	222	469/1994
	АК Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Фруктовая ряженка в ассортименте	230	2,8	2	12,3	78	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>673</b>	<b>22,1</b>	<b>15,7</b>	<b>100</b>	<b>645</b>	
	<b>Пятница 02.12.2022</b>						
Завтрак	Крокеты с кабачками тушеные 2/40	80	13,8	12,8	4,6	174	ТТК №53
	Картофельное пюре	160	3,9	8,3	27,1	202	472/1994
	АК Компот из свежих яблок	200	0,2	0	37,6	106	585/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Фруктовая ряженка в ассортименте	230	2,8	2	12,3	78	ТН
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>703</b>	<b>23,1</b>	<b>23,5</b>	<b>98,5</b>	<b>632</b>



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г. ЙОШКАР-ОЛА»



Согласовано  
Директор Школы №1

Утверждаю:  
Директор детского  
А.М. Волков

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 28.11.2022</b>							
Обед	Борщ с капустой, картофелем на костном бульоне	200	7,1	3,6	10,9	166	110/2004
	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
	Рис отварной	150	3,4	6	37,5	207	465/1994
	Напиток из плодов шиповника	200	0,8	0	30	119	705/2004
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
<b>Итого</b>		<b>700</b>	<b>24</b>	<b>24,8</b>	<b>83,3</b>	<b>657,2</b>	
<b>Вторник 29.11.2022</b>							
Обед	Суп картофельный с макарон. изделиями и цыпленком отварным	200/20	21,2	4	18,5	197	140/2004, T17/1994
	Котлета рыбная (филе минтая) с соусом сметанным с томатом	70/30	12,9	8,8	13,7	158	388/2004, 601/2004
	Картофельное пюре	160	3,51	7,48	24,2	181	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
	<b>Итого</b>		<b>705</b>	<b>36,5</b>	<b>22,3</b>	<b>133</b>	<b>834</b>
<b>Среда 30.11.2022</b>							
Обед	Рассольник ленинградский с фрикадельками	200/20	8,7	6,3	16,2	154	132/2004; 112/2004
	Котлета рубленая из филе цыплят	50	9,8	5,8	4,8	120	499/2004
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные с овощами	150	5,8	0,55	30,7	239	ТТК № 6.4
	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>720</b>	<b>32,4</b>	<b>25,3</b>	<b>137</b>	<b>873</b>
<b>Четверг 01.12.2022</b>							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне	200	12,8	7,48	23,5	213	139/2004
	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
	Картофельное пюре	150	3,32	7,06	22,9	171	472/1994
	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
	<b>Итого</b>		<b>707</b>	<b>39,1</b>	<b>16,7</b>	<b>116</b>	<b>743</b>
<b>Пятница 02.12.2022</b>							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне	200	3,6	3,5	8,4	77	124/2004
	Фрикадельки в соусе	55/50	13,1	14,4	12,7	234	481/1997
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,63	8,6	42,3	257	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>700</b>	<b>22,9</b>	<b>21</b>	<b>95,3</b>	<b>629</b>

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



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г. ЙОШКАР-ОЛА»

Согласовано:

Директор Школы №



Директор МАУ



Согласовано:

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 28.11.2022</b>							
Полдник	Батончик Чио Рио	30	1,05	9	17,4	156	ТН
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
<b>Итого за полдник</b>		<b>437</b>	<b>7,35</b>	<b>15,4</b>	<b>42</b>	<b>336</b>	
<b>Вторник 29.11.2022</b>							
Полдник	Корж молочный	100	6,38	11,3	62,92	383	102/1999
	Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
<b>Итого за полдник</b>		<b>300</b>	<b>6,68</b>	<b>11,3</b>	<b>90,92</b>	<b>503</b>	
<b>Среда 30.11.2022</b>							
Полдник	Пирожок с картофелем	100	6,65	3,59	43,7	236	687/1994
	Чай с молоком	200	1,6	1,6	17,3	87	630/3/1994
<b>Итого за полдник</b>		<b>300</b>	<b>8,25</b>	<b>5,19</b>	<b>61</b>	<b>323</b>	
<b>Четверг 01.12.2022</b>							
Полдник	Пирожное детское	100	10	10	33	259	695/1994
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103	762/3/1997
<b>Итого за полдник</b>		<b>300</b>	<b>11,4</b>	<b>11,6</b>	<b>53,4</b>	<b>362</b>	
<b>Пятница 01.12.2022</b>							
Полдник	Пирожок с повидлом	100	5,98	2,1	58,7	276	687/1997
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
<b>Итого за полдник</b>		<b>300</b>	<b>6,38</b>	<b>2,1</b>	<b>77,5</b>	<b>357</b>	

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



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г. ЙОШКАР-ОЛА»

Согласовано  
Директор Школы № 11



Завтрак от 12 и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>Понедельник 28.11.2022</b>						
Завтрак	Котлета Куриная запеченные	50	8,3	8	20,5	170	ТТК №48
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	190	10,8	10,8	53,2	323	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>25,3</b>	<b>21,1</b>	<b>126,3</b>	<b>727</b>	
	<b>Вторник 29.11.2022</b>						
Завтрак	Манник	150	7,8	17,6	69,3	444	ТТК №5
	Подлива сладкая	50	0,08	0	13	50	ТТК №25
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Фрукт: яблоко свежее	150	0,34	0	18,6	69	338/2005
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>557</b>	<b>8,52</b>	<b>17,6</b>	<b>116,1</b>	<b>623</b>
	<b>Среда 30.11.2022</b>						
Завтрак	Гарнировка: икра морковная	100	2,6	7,3	13,6	136	78/2004
	Плов по-домашнему с филе куриным	50/150	23,8	14,9	40	349	ТТК № 2/1
	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
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>550</b>	<b>30,4</b>	<b>22,6</b>	<b>94,4</b>	<b>665</b>
	<b>Четверг 01.12.2022</b>						
Завтрак	Котлета по-хлыновски	40	6,48	8,16	1,84	106	454/2004
	Соус основной красный	60	1,38	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	200	7,3	8,5	48,8	295	469/1994
	АК 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 за завтрак</b>		<b>550</b>	<b>19,3</b>	<b>18,9</b>	<b>109</b>	<b>681</b>
	<b>Пятница 02.12.2022</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
	Картофельное пюре	190	4,6	9,7	31,9	238	472/1994
	АК Компот из свежих яблок	200	0,2	0	37,6	106	585/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>556</b>	<b>15,5</b>	<b>18,3</b>	<b>93,3</b>	<b>541</b>



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г. ЙОШКАР-ОЛА»

Согласовано  
Директор Школы № 1



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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 28.11.2022</b>							
Обед	Борщ с капустой, картофелем на костном бульоне	250	8,8	4,5	13,6	220	110/2004;
	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
	Рис отварной	200	4,5	7,9	49,8	275	465/1994
	Напиток из плодов шиповника	200	0,8	0	30	119	705/2004
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
	<b>Итого</b>		<b>800</b>	<b>24,01</b>	<b>24,75</b>	<b>83,29</b>	<b>657,2</b>
<b>Вторник 29.11.2022</b>							
Обед	Суп картофельный с макарон. изделиями и цыпленком отварным	250/20	25,8	4,8	22,5	240	140/2004, Т17/1994
	Котлета рыбная (филе минтая) с соусом сметанным с томатом	70/30	12,9	8,8	13,7	158	388/2004, 601/2004
	Картофельное пюре	210	4,59	9,7	31,4	237	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
	<b>Итого</b>		<b>805</b>	<b>36,45</b>	<b>22,3</b>	<b>132,7</b>	<b>834</b>
<b>Среда 30.11.2022</b>							
Обед	Рассольник ленинградский на костном бульоне	250	8,2	5,2	20	142	132/2004
	Котлета рубленая из филе цыплят	50	9,8	5,8	4,8	120	499/2004
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные с овощами	200	7,7	0,73	40,8	317	ТТК № 6.4
	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>32,4</b>	<b>25,3</b>	<b>137,4</b>	<b>873</b>
<b>Четверг 01.12.2022</b>							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне	250	16	9,35	29,3	266	139/2004
	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
	Картофельное пюре	200	4,4	9,3	29,7	222	472/1994
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	<b>Итого</b>		<b>805</b>	<b>39,1</b>	<b>16,7</b>	<b>116,3</b>	<b>743</b>
<b>Пятница 02.12.2022</b>							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне	250	4,5	4,3	10,5	96	124/2004
	Фрикадельки в соусе	55/50	13,1	14,4	12,7	234	481/1997
	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,4	11,4	56	341	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>805</b>	<b>22,91</b>	<b>20,997</b>	<b>95,29</b>	<b>629</b>	

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