



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



Согласовано:
Директор Школы № 1



Сверждено:
Директор МАУ «Центр детского
здорового питания
г. Йошкар-Ола» А.М.Тюлков

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 03.10.2022							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне	250	4,5	4,3	10,5	96	124/2004
	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	180	4	7,2	45	248	465/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
Итого		813	24	24,8	83,3	657,2	
Вторник 04.10.2022							
Обед	Суп картофельный с макарон. изделиями	250	14,2	3,5	22,8	181	140/2004, Т17/1994
	Котлета рыбная(филе трески) с соусом сметанным с томатом	70/30	12,8	8,9	13,6	182	388/2004, 601/2004
	Картофельное пюре	180	3,9	8,3	27,1	202	472/1994
	Напиток из плодов шиповника	200	0,8	0	30	119	705/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	144	ТТК № 57
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Итого		821	36,5	22,3	133	834
Среда 05.10.2022							
Обед	Суп картофельный с бобовыми и фрикадельками	250/20	14,9	8,97	29,9	270	139/2004, 106А/2004
	Котлета Куриная запеченная	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 с овощами	180	6,9	0,66	36,8	286	ТТК № 6.4
	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
	Итого		823	32,4	25,3	137	873
Четверг 06.10.2022							
Обед	Рассольник ленинградский на костном бульоне	250	17,3	6,7	20,2	207	132/2004
	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
	Картофельное пюре	200	4,9	10,5	34,3	256	472/1994
	Напиток лимонный	200	0,2	0	25,6	103	699/2004
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
	Итого		800	39,1	16,7	116	743
Пятница 07.10.2022							
Обед	Борщ с капустой и картофелем	250	8,5	5,5	13	151	110/2004;
	Фрикадельки в соусе	55/50	13,1	14,4	12,7	234	481/1997
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,4	10,3	50,7	308	463/1994
	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
	Итого		801	22,9	21	95,3	629

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



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



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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 03.10.2022							
Завтрак	Гуляш из филе цыпленка	50/50	35	8,7	6,6	202	ТТК №20
	Макаронные изделия отварные	200	7,59	7,99	50,28	293	469/1994
	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
Итого за завтрак		557	46,7	17,1	97,88	677	
Вторник 04.10.2022							
Завтрак	Гарнировка: помидоры свежие	100	1,05	0,19	3,64	16	ТТК №39
	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 рассыпчатая	200	11,4	11,4	53,3	347	463/1994
	АК кисель яблочный	200	0,1	0	27,49	107	ТТК № 429
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за завтрак		625	21,7	19,8	100,59	640	
Среда 05.10.2022							
Завтрак	Запеканка из творога с морковью и сгущенным молоком	150/20	21,7	14,6	33,07	355	ТТК № 5.4
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103	762/3/1997
	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
Итого за завтрак		595	31	22,8	75,77	639	
Четверг 06.10.2022							
Завтрак	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Бутерброд с сыром	25/5/20	7,1	10,5	10,5	165	3/2004
	Каша молочная из хлопьев овсяных Геркулес	200	8,5	6,1	39,3	204	Т4/2004
	АК Компот из свежих яблок	200	0,2	0	37,6	106	585/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	144	ТТК № 57
Итого за завтрак		556	25,7	22	121,5	682	
Пятница 07.10.2022							
Завтрак	Шницель рубленый	50	7,81	7,09	7,92	178	472/1997
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Рис отварной	200	4,52	7,98	49,8	275	465/1994
	Чай с молоком	200	1,6	1,6	17,3	87	630/3/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		550	18,9	18,6	104,66	694	

* Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося для школьников категории от 12 лет и старше составляет 63 рублей.



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

Согласовано:
Директор Школы № 1



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		
Понедельник 03.10.2022							
Полдник	Полоска студенческая	100	6,7	26,9	45,2	523	ТТК №16
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
Итого за полдник		300	6,9	26,9	60,2	581	
Вторник 04.10.2022							
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		307	4,6	4,4	38,9	233	
Среда 05.10.2022							
Полдник	Пирожок с творогом	100	6,65	3,5	43,7	236	684/1994
	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	37,6	106	585/1994
Итого за полдник		300	6,85	3,5	81,3	342	
Четверг 06.10.2022							
Полдник	Булочка Дорожная	100	7,6	20	35	375	ТТК №2
	Напиток из плодов шиповника	200	0,8	0	30	119	705/2004
Итого за полдник							
Пятница 07.10.2022							
Полдник	Завиток	100	3,9	13,8	21,3	207	ТТК №4
	Кисель яблочный	200	0,1	0	27,49	107	ТТК № 429
Итого за полдник		300	4	13,8	48,79	314	

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



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

Согласовано
Директор Итого №



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		
Понедельник 03.10.2022							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне	200	3,6	3,5	8,4	77,2	124/2004
	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
	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
Итого		716	24	24,8	83,3	657,2	
Вторник 04.10.2022							
Обед	Суп картофельный с макарон изд	200	11,4	2,8	18,3	145	140/2004, T17/1994
	Котлета рыбная(филе трески) с соусом сметанным с томатом	70/30	12,8	8,9	13,6	182	388/2004, 601/2004
	Картофельное пюре	160	3,51	7,48	24,2	181	472/1994
	Напиток из плодов шиповника	200	0,8	0	30	119	705/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	144	ТТК № 57
	Итого		726	36,5	22,3	133	834
Среда 05.10.2022							
Обед	Суп картофельный с бобовыми и фрикадельками	200/20	17,4	9,56	23,7	253	139/2004,112/2004
	Котлета Куриная запеченная	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 с овощами	150	5,8	0,55	30,7	239	ТТК № 6.4
	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
Итого		743	32,4	25,3	137	873	
Четверг 06.10.2022							
Обед	Рассольник ленинградский /цыпленок отварной	200/20	13,9	5,4	16,2	166	132/2004; T17/1994
	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	150	3,32	7,06	22,9	171	472/1994
	Напиток лимонный	200	0,2	0	25,6	103	699/2004
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого		775	39,1	16,7	116	743	
Пятница 07.10.2022							
Обед	Борщ с капустой,картофелем и фрикадельками	200/20	11,7	5,7	11,1	166	110/2004;112/2004
	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
Итого		725	22,9	21	95,3	629	

* 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 №



254



Утверждено:
Директор МАУ «Центр
детского здорового питания
г. Йошкар-Ола» И.М. Волков

Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 03.10.2022							
Завтрак	Гуляш из филе цыпленка	50/50	35	8,7	6,6	202	ТТК №20
	Макаронные изделия отварные	150	5,7	6,6	37,8	220	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
	Пирожное бисквитное "Тими"	30	1,5	4,8	16,8	147	ТН
Итого за завтрак		512	44,4	20,3	89,3	690	
Вторник 04.10.2022							
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 рассыпчатая	150	8,63	8,63	40,08	267	463/1994
	АК кисель яблочный	200	0,1	0	27,49	107	ТТК № 429
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		500	20,8	17,2	100,3	621	
Среда 05.10.2022							
Завтрак	Запеканка из творога с морковью и сгущенным молоком	150/20	21,7	14,6	33,07	355	ТТК № 5.4
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103	762/3/1997
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Фрукт: яблоко свежее	100	0,23	0	12,42	46,8	338/2005
	Итого за завтрак		503	25,8	16,6	82,79	576,8
Четверг 06.10.2022							
Завтрак	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Бутерброд с сыром	25/5/20	7,1	10,5	10,5	165	3/2004
	Каша молочная их хлопьев овсяных Геркулес	190	8,3	5,5	38,1	197	T4/2004
	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
Итого за завтрак		505	22,6	20,8	99,4	592	
Пятница 23.09.2022							
Завтрак	Шницель рубленый	50	7,81	7,09	7,92	178	472/1997
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Рис отварной	150	3,4	6	37,5	207	465/1994
	Чай с молоком	200	1,6	1,6	17,3	87	630/3/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Пирожное бисквитное "Тими"	30	1,5	4,8	16,8	147	ТН
Итого за завтрак		505	17,4	21,2	96,26	712	