



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

Согласовано:
Директор Школы №1



Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 10.10.2022						
Завтрак	Гарнировка: помидоры свежие	60	0,66	0,12	2,28	10	ТТК №39
	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	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Батончик Бон тайм	20	0,5	2,8	15,8	90	ТН
Итого за завтрак		505	27,1	18	85,98	568	
	Вторник 11.10.2022						
	Гарнировка: икра свекольная	60	0,8	2,2	4,1	41	78/2004
	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	150	5,52	6,46	36,76	222	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
Итого за завтрак		542	19,6	15,7	75	537	
	Среда 12.10.2022						
Завтрак	Наггетсы "Детские"	40	8,27	8	20,46	170	ТТК №99
	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
	АК Напиток из кураги	200	1,1	0	31,5	125	638/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за завтрак		675	22,1	22,4	116,4	721	
	Четверг 13.10.2022						
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	150	6,6	4,62	30,3	157	Т4/2004
	АК Компот из изюма	200	0,4	0	27,3	107	638/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Фрукт: яблоко свежее	100	0,23	0	12,42	46,8	338/2005
Итого за завтрак		565	21,3	19,9	93,72	599,8	
	Пятница 14.10.2022						
Завтрак	Наггетсы "Детские"	40	8,27	8	20,46	170	ТТК №99
	Соус основной красный	60	1,38	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Картофельное пюре	180	4,47	9,52	30,8	230	472/1994
	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	16,2	19,5	106,4	605	



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

Согласовано:
Директор Школы



Утверждено:
Директор МАУ «Центр детского
здорового питания» 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		
Понедельник 10.10.2022							
Обед	Суп крестьянский с крупой на костном бульоне	200	9,2	5,9	10,4	163	134/2004
	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
	Макаронные изделия отварные	150	5,52	6,46	36,8	226	469/1994
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	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		708	27,7	21,2	103	728	
Вторник 11.10.2022							
Обед	Борщ Сибирский с фрикадельками	200/20	23,9	8,58	14,4	229	113/1994;112/2004
	Рыба тушеная с овощами (филе трески)	50/50	13,6	5,8	4,8	125	374/2004
	Картофельное пюре	150	3,32	7,06	22,9	171	472/1994
	Компот из изюма	200	0,4	0	27,3	107	638/2004
	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		708	45,5	22	99,2	765	
Среда 12.10.2022							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне	200	3,6	3,5	8,4	87	124/2004
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	28	7	5,3	198	ТТК №20
	Каша гречневая рассыпчатая	160	9,28	9,28	43,1	288	463/1994
	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		700	43,6	20,2	88,9	705	
Четверг 13.10.2022							
Обед	Суп картофельный с бобовыми и цыпленком отварным	200/20	18,1	6,6	23,5	225	139/2004,56/17/3/1994
	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
	Картофельное пюре	150	3,32	7,09	23	171	472/1994
	Напиток лимонный	200	93	0,1	0	24	699/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
Итого		702	126	23,7	87,7	694	
Пятница 14.10.2022							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	200/20	5,8	4	19,8	134	Т1/3/1994
	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	180	9,9	7,7	44,1	271	469/1994
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого		725	29,1	18,7	102	700	

* 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 №1



Директор МАУ "Центр детского здорового питания"



Утверждаю:
М.М.Велков

Полдник *

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 10.10.2022						
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
Итого за полдник		437	7,35	15,4	42	336	
	Вторник 11.10.2022						
Полдник	Полоска студенческая	100	6,7	26,9	45,2	523	ТТК №16
	Напиток из плодов шиповника	200	0,8	0	30	119	705/2004
Итого за полдник		300	7,5	26,9	75,2	642	
	Среда 12.10.2022						
Полдник	Булочка дорожная	100	7,6	20	35	375	ТТК №4
	Чай с молоком	200	1,6	1,6	17,3	87	638/2004
Итого за полдник		300	9,2	21,6	52,3	462	
	Четверг 13.10.2022						
Полдник	Завиток	100	3,9	13,8	21,3	207	ТТК №4
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103	762/3/1997
Итого за полдник		300	5,3	15,4	41,7	310	
	Пятница 14.10.2022						
Полдник	Пирожок с повидлом	100	5,98	2,1	58,7	276	687/1997
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
Итого за полдник		300	6,18	2,1	73,7	334	

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



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

Согласовано
Директор Школы № 1



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



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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 10.10.2022							
Завтрак	Гарнировка: помидоры свежие	100	1,05	0,19	3,64	16	ТТК №39
	Плов по-домашнему с куриным филе	50/190	28,5	17,9	48	445	ТТК № 2/1
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за завтрак		565	31,7	18,3	79,54	580	
Вторник 11.10.2022							
Завтрак	Гарнировка: икра свекольная	100	1,28	3,52	6,56	65	78/2004
	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
	Макаронные изделия отварные	180	6,62	7,75	44,11	266	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
Итого за завтрак		612	19,6	21	103,11	654	
Среда 12.10.2022							
Завтрак	Гарнировка: помидоры свежие	100	1,05	0,19	3,64	16	ТТК №39
	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
	Рис отварной	180	4,06	7,19	44,9	247	465/1994
	Напиток из кураги	200	1,1	0	31,5	125	638/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за завтрак		605	18,1	14,2	95,34	586	
Четверг 13.10.2022							
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	180	7,9	5,5	36,3	188	Т4/2004
	Компот из изюма	200	0,4	0	27,3	107	638/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Фрукт: яблоко свежее	100	0,23	0	12,42	46,8	338/2005
Итого за завтрак		595	22,6	20,8	99,72	630,8	
Пятница 14.10.2022							
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
	Картофельное пюре	200	4,9	10,4	33,8	253	472/1994
	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
Итого за завтрак		555	17,9	19,4	108,96	691	

* 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 _____



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		
Понедельник 10.10.2022							
Обед	Суп крестьянский с крупой на костном бульоне	250	11,5	7,37	13	203	134/2004
	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
	Макаронные изделия отварные	180	6,62	7,75	44,11	271	469/1994
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	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		813	33	24,12	125,5	874
Вторник 11.10.2022							
Обед	Борщ Сибирский с фрикадельками	250/20	28,7	10,2	17,9	276	113/1994;112/2004
	Рыба тушеная с овощами (филе трески)	50/50	13,6	5,8	4,8	125	374/2004
	Картофельное пюре	180	4,47	9,52	30,8	230	472/1994
	Компот из изюма	200	0,4	0	27,3	107	638/2004
	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	51,47	26,12	110,6	871
Среда 12.10.2022							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне	250	4,5	4,37	10,5	108	124/2004
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	28	7	5,3	198	ТТК №20
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,44	10,44	48,51	324	463/1994
	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
	Итого		803	48,04	22,61	113,3	834
Четверг 13.10.2022							
Обед	Суп картофельный с бобовыми и цыпленком отварным	250/20	21,7	7,9	28,2	270	139/2004,56/17/3/1994
	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
	Картофельное пюре	180	4,01	8,55	27,69	207	472/1994
	Напиток лимонный	200	93	0,1	0	24	699/2004
	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	132,5	26,65	110	836
Пятница 14.10.2022							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	7,07	4,8	23,7	163	T1/3/1994
	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	180	9,9	7,7	44,1	271	469/1994
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	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	32,72	19,9	122,4	801

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