

Составлено:
Директор Школа №



Утверждаю:
Директор МАУ "Центр детского
здоровья и 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		
Понедельник 09.01.2023							
Обед	Суп крестьянский с крупой на костном бульоне	250	11,5	7,3	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
	Рис отварной	200	4,3	7,7	49,2	271	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
	Итого		800	27,7	21,2	103	840
Вторник 10.01.2023							
Обед	Борщ Сибирский на костном бульоне	250	6,6	4,5	18,2	141	113/1994
	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
	Картофельное пюре	200	4,4	9,3	30,4	227	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
	Итого		800	27,8	22,3	103	723
Среда 11.01.2023							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне	250	4,5	4,3	10,5	108	124/2004
	Сарделька по-гаирски	50	9,6	6,25	4,2	82	ТТК№9
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	200	7,4	8,6	49,9	290	469/1994
	Напиток апельсиновый	200	0,1	0	25,2	96	599/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
	Итого		800	43,6	20,2	88,9	730
Четверг 12.01.2023							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне	250	10,3	6,8	29,1	217	139/20044
	Котлета "Улыбка"	50	6,97	5,7	4,07	96	ТТК № 13
	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 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		805	33,9	25,5	133	877
Пятница 13.01.2023							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	7,2	5	24,7	167	Т1/3/1994
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	28	7	5,3	198	ТТК №20
	Рис отварной	180	3,8	6,9	44,2	243	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
	Итого		800	29,1	18,7	102	700

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



Утверждаю:
Директор МАУ "Центр детского здорового
питания"
А.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 09.01.2023							
Завтрак	Гуляш из филе цыпленка	50/50	35	8,7	6,6	202	ТТК №20
	Макаронные изделия отварные	200	7,3	8,5	44,9	260	469/1994
	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 завтрак		550	46,3	17,6	92,3	642	
Вторник 10.01.2023							
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
	Рис отварной	200	4,2	7,5	55,5	265	465/1994
	Напиток апельсиновый	200	0,1	0	25,2	96	599/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		550	16,4	16,1	113,4	608	
Среда 11.01.2023							
Завтрак	Котлеты Домашние	60	7,5	8,4	11,55	153	271/2/2005
	Соус основной красный	40	0,92	1,2	3,07	25	528/3/1994
	Картофельное пюре	200	4,3	9,1	29,7	222	472/1994
	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		550	16,6	19,1	97,61	629	
Четверг 12.01.2023							
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
	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	22,4	20,2	117,64	723	
Пятница 13.01.2023							
Завтрак	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
	Картофельное пюре	200	4,3	9,1	29,7	222	472/1994
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		550	18,3	17,3	81,44	562	

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

Согласовано
Директор Школы №1



Утверждаю:
Директор МАУ "Центр детского здорового питания"



Полдник *

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 09.01.2023							
Полдник	Полоска студенческая	100	6,7	26,9	45,2	523	ТТК №16
	Компот из изюма	200	0,4	0	27,3	107	638/2004
Итого за полдник		300	7,1	26,9	72,5	630	
Вторник 10.01.2023							
Полдник	Пирожок с повидлом	100	4,3	4,4	23,7	173	ТТК № 34
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
Итого за полдник		307	4,7	4,4	42,5	254	
Среда 11.01.2023							
Полдник	Пирожок с творогом	100	6,65	3,5	43,7	236	684/1994
	Чай с молоком	200	1,6	1,6	17,3	87	630/3/1994
Итого за полдник		300	8,25	5,1	61	323	
Четверг 12.01.2023							
Полдник	Ватрушка с картофелем и сыром	100	7,6	8,5	17,8	204	ТТК №57
	Напиток из кураги	200	1,1	0	31,5	125	638/2004
Итого за полдник		300	8,7	8,5	49,3		
Пятница 13.01.2023							
Полдник	Кекс "Столичный"	100	6,11	21,1	33,3	403	82/1999
	Кисель яблочный	200	0,1	0	27,49	107	ТТК № 429
Итого за полдник		300	0,1	21,1	60,79	510	

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

Согласовано:
Директор Школы



**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 09.01.2023							
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
	Рис отварной	150	3,3	5,8	37	204	465/1994
	Напиток из плодов шиповника	200	0,8	0	30	119	705/2004
	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 10.01.2023							
Обед	Борщ Сибирский на костном бульоне	200	5,3	3,6	14,6	113	113/1994
	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
	Картофельное пюре	150	3,32	7,06	22,9	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	45,5	22	99,2	765	
Среда 11.01.2023							
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	82	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
	Напиток апельсиновый	200	0,1	0	25,2	96	599/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
Итого		703	43,6	20,2	88,9	705	
Четверг 12.01.2023							
Обед	Суп картофельный с бобовыми и цыпленком отварным	200/20	18,1	6,6	23,5	225	139/2004,56/17/3/1994
	Котлета "Улыбка"	70	9,7	7,9	2,9	134	ТТК № 13
	Соус основной красный	30	0,6	0,9	2,3	19	528/3/1994
	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 пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого		712	126	23,7	87,7	694	
Пятница 13.01.2023							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	200/20	5,8	4	19,8	134	T1/3/1994
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	28	7	5,3	198	ТТК №20
	Рис отварной	150	3,3	5,8	37	204	465/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
Итого		703	29,1	18,7	102	700	

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



Согласовано
Директор Ц.И.И. №

254



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

Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 09.01.2023							
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
	Макаронные изделия отварные	180	6,7	7,8	40,9	237	469/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за завтрак		505	9,95	9,5	72,64	388	
Вторник 10.01.2023							
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
	Рис отварной	150	3,3	5,8	37	204	465/1994
	Напиток апельсиновый	200	0,1	0	25,2	96	599/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		500	15,5	14,4	94,9	547	
Среда 11.01.2023							
Завтрак	Молочный суп с макаронными изделиями	200	4	5,1	17	119	160/2004
	Бутерброд с сыром	5/20/25	7,1	10,5	10,5	165	3/2004
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	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		515	18,2	20,4	68,19	515	
Четверг 12.01.2023							
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	160	6,07	7,03	40,2	250	469/1994
	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		510	20,9	18,5	107,6	661	
Пятница 13.01.2023							
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
	Картофельное пюре	150	3,32	7,06	22,89	171	472/1994
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		700	15,6	15,4	73,63	493	

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