

Согласовано:  
Директор Школы №



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

ОБЕД 7-12 лет  
вторая смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 04.12.2023</b>							
Обед	Суп картофельный с макарон.изделиями и фрикадельками	200/20	16	4,9	18,5	185	140/2004, 112/2004
	Плов по-домашнему с куриным филе	50/150	16,8	15,9	1,8	316	ТТК № 2
	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
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за обед		853	41,4	27,6	61,6	751	
<b>Вторник 05.12.2023</b>							
Обед	Рассольник ленинградский на костном бульоне	200	4,1	4,2	16	144	132/2004;
	Гарнировка: Икра морковная	60	2,2	7,5	10,1	122	78/2004
	Фрикадельки в соусе	55/50	13,1	14,4	12,7	234	481/1997
	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
	Конфета Марсианка - 2шт	2/11	0,4	3	14	82	ТН
Итого за обед		787	26,2	35,6	123	939	
<b>Среда 06.12.2023</b>							
Обед	Борщ с капустой,картофелем и фрикадельками	200/20	11,7	5,7	11,1	206	110/2004,112/ 2004
	Голень отварная	140	16,2	12	0,3	174	ТТК № 100.1
	Макаронные изделия отварные	150	5,6	6,5	37,5	218	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
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за обед		943	42,2	31	103,2	910	
<b>Четверг 07.12.2023</b>							
Обед	Суп картофельный с бобовыми и фрикадельками	200/20	12,8	7,48	23,5	253	139/2004,112/ 2004
	Сырники Классические	135	19,2	10,9	20,32	256	ТТК №99,1
	Подлива сладкая	50	0,1	0	15	50	ТТК №25
	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
	Фрукты: яблоко свежее	150	0,6	0	18,9	78	338/2005
	Сыр (порционный)	10	2,3	2,9	0	36	ТТК№15
		790	38	21,5	122,1	859	
<b>Пятница 08.12.2023</b>							
Обед	Гарнировка: Икра свекольная	60	1,56	4,44	8,97	82	78/2004
	Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне	200	3,6	3,5	8,4	180	124/2004
	Шницель рубленый	50	13	14	4	189	450/2004
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Картофельное пюре	150	3,2	6,8	22,1	149	472/1994
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	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 обед		775	28,2	30,6	76,64	773	

\* Стоимость 1 комплекса обеда на одного учащегося для школьников категории от 7 до 12 лет составляет 104 рубля.