

Согласовано  
Директор Школы №



Утверждаю  
Директор МАУ «Центр детского  
здорового питания»  
А.В.Усков



Обед от 12 лет и старше -ОВЗ, многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 15.09.2025</b>							
Обед	Рассольник Ленинградский, фрикадельки мясные	250/20	9,8	9,2	20,2	183,0	132/2004, 112/2004
	Гуляш из филе цыпленка	100 (50/50)	12,0	8,4	4,8	174,0	ТТК№20
	Рис отварной	210	5,3	11,4	56,7	321,0	465/1994
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81,0	ТТК№46
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>848,0</b>	<b>31,6</b>	<b>29,6</b>	<b>129,3</b>	<b>888,0</b>	
<b>Вторник 16.09.2025</b>							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	250/20	5,0	6,9	21,4	152,0	124/2004, Т17/1994
	Крокеты рыбные	100	13,4	11,6	13,2	213,0	ТТК№60
	Картофельное пюре, масло сливочное	200/5	4,3	11,6	39,7	264,0	472/1994, 14/2005
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№54
<b>Итого:</b>		<b>866,0</b>	<b>27,3</b>	<b>29,9</b>	<b>121,1</b>	<b>823,0</b>	
<b>Среда 17.09.2025</b>							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	7,6	7,0	24,9	200,0	133/2004 Т13/1994
	Котлета мясная	100	14,1	13,6	16,3	260,0	ТТК№63
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	200/3	7,0	9,8	47,0	316,0	469/1994 14/2005
	АК Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60,0	629/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№54
	Пряник	1/42	2,6	6,0	13,8	62,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>855,0</b>	<b>33,8</b>	<b>36,8</b>	<b>133,1</b>	<b>966,0</b>	
<b>Четверг 18.09.2025</b>							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, фрикадельки мясные	250/20	8,8	9,2	35,9	175,0	140/2004, 112/2004
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	50/50	10,0	8,2	11,3	165,0	ТТК№52, 528/3/1994
	Каша гречневая вязкая	220	6,6	9,9	39,8	289,0	ТТК№58
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№54
	Конфета Марсианка	2/11	0,5	3,1	14,0	82,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>837,0</b>	<b>28,0</b>	<b>30,6</b>	<b>128,9</b>	<b>830,0</b>	
<b>Пятница 19.09.2025</b>							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б	250	7,6	9,5	16,6	218,0	139/2004
	Сосиски отварные	100	10,5	11,0	0,2	197,0	ТТК№100,1
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	200/7	7,0	11,8	47,0	323,0	469/1994, 14/2005
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80,0	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>815,0</b>	<b>29,4</b>	<b>32,9</b>	<b>102,8</b>	<b>947,0</b>	

\*Стоимость 1 комплекса обеда на одного учащегося для школьников категории от 12 лет и старше составляет 82 рубля

Согласовано  
Директор Школы №



Утверждаю  
Директор МАУ «Центр детского  
здорового питания»  
А.В.Усков



Обед от 12 лет и старше за родительскую плату

Прим. пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 15.09.2025</b>							
Обед	Рассольник Ленинградский на к/б	250	5,2	7,1	20,0	143,0	132/2004
	Гуляш из филе цыпленка	110 (60/50)	12,0	8,4	4,8	174,0	ТТК№20
	Рис отварной	210	5,3	11,4	56,7	321,0	465/1994
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81,0	ТТК№46
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>828,0</b>	<b>27,0</b>	<b>27,5</b>	<b>129,1</b>	<b>848,0</b>	
<b>Вторник 16.09.2025</b>							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	250/10	5,0	6,9	21,4	152,0	124/2004, Т17/1994
	Крокеты рыбные	100	13,4	11,6	13,2	213,0	ТТК№60
	Картофельное пюре	200/3	4,3	11,6	39,7	264,0	472/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№54
<b>Итого:</b>		<b>821,0</b>	<b>27,0</b>	<b>30,7</b>	<b>118,1</b>	<b>816,0</b>	
<b>Среда 17.09.2025</b>							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	7,6	7,0	24,9	200,0	133/2004 Т1/3/1994
	Котлета мясная	100	14,1	13,6	16,3	260,0	ТТК№63
	Макаронные изделия отварные	220	7,7	9,0	51,7	323,0	469/1994
	АК Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60,0	629/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>855,0</b>	<b>33,8</b>	<b>30,2</b>	<b>136,9</b>	<b>972,0</b>	
<b>Четверг 18.09.2025</b>							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, фрикадельки мясные	250/20	8,8	9,2	35,9	175,0	140/2004, 112/2004
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	50/50	10,0	8,2	11,3	165,0	ТТК№52, 528/3/1994
	Каша гречневая вязкая	220	6,6	9,9	39,8	289,0	ТТК№58
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>848,0</b>	<b>29,7</b>	<b>27,95</b>	<b>130,8</b>	<b>816,0</b>	
<b>Пятница 19.09.2025</b>							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б	250	7,6	9,5	16,6	218,0	139/2004
	Сосиски отварные	100	10,5	11,0	0,2	197,0	ТТК№100,1
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	200/4	7,0	10,2	47,0	323,0	469/1994, 14/2005
	Напиток ягодный	200	0,6	0	24,8	97,0	ТТК№64
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>812,0</b>	<b>29,8</b>	<b>31,3</b>	<b>117,4</b>	<b>964,0</b>	

\*Стоимость 1 комплекса обеда на одного учащегося для школьников категории от 12 лет и старше составляет 105 рублей



Согласовано  
 Директор Школы №4



Утверждаю  
 Директор МАУ «Центр детского  
 здорового питания»  
 А.В.Усков

Обед от 7 до 12 лет за родительскую плату

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 15.09.2025</b>							
Обед	Рассольник Ленинградский на к/б	200	4,1	4,9	16,0	114,0	132/2004
	Гуляш из филе цыпленка	110 (60/50)	12,0	8,4	4,8	174,0	ТТК№20
	Рис отварной, масло сливочное	180/5	4,5	10,8	48,6	312,0	465/1994, 14/2005
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81,0	ТТК№46
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>728,0</b>	<b>23,2</b>	<b>24,5</b>	<b>104,1</b>	<b>749,0</b>	
<b>Вторник 16.09.2025</b>							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	200/20	4,2	5,9	18,1	129,0	124/2004, Т17/1994
	Рыба по-школьному	90	16,1	14,6	3,8	265,0	ТТК№39
	Картофельное пюре	160	3,4	7,2	31,8	185,0	472/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	31,8	68,0	ТТК№54
<b>Итого:</b>		<b>703,0</b>	<b>26,1</b>	<b>28,1</b>	<b>100,5</b>	<b>705,0</b>	
<b>Среда 17.09.2025</b>							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	200/20	5,6	7,0	17,9	162,6	133/2004 Т1/3/1994
	Котлета мясная	90	10,2	9,3	14,7	234,0	ТТК№63
	Макаронные изделия отварные	190	6,7	7,4	33,6	236,0	469/1994
	АК Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60,0	629/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№54
	Пряник	1/42	2,6	6,0	13,8	62,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>782,0</b>	<b>27,6</b>	<b>30,1</b>	<b>111,1</b>	<b>822,6</b>	
<b>Четверг 18.09.2025</b>							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, фрикадельки мясные	200/20	7,2	7,5	29,3	143,0	140/2004 112/2004
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	50/50	10,0	8,2	11,3	164,4	ТТК№52, 528/3/1994
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	180/5	5,4	7,0	36,9	205,0	ТТК№58, 14/2005
	АК Чай с сахаром	200	0,4	0	18,8	81,0	ТТК№46
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	3,8	0,4	25,8	122,0	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>771,0</b>	<b>26,8</b>	<b>23,1</b>	<b>122,1</b>	<b>715,4</b>	
<b>Пятница 19.09.2025</b>							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б	200	6,1	7,6	13,3	174,0	139/2004
	Сосиски отварные	100	10,5	11,0	0,2	197,0	ТТК№100,1
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	150/3	5,3	8,0	46,2	281,0	469/1994, 14/2005
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,6	0	12,0	80,0	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>711,0</b>	<b>26,6</b>	<b>27,2</b>	<b>100,5</b>	<b>861,0</b>	

\*Стоимость 1 комплекса обеда на одного учащегося для школьников категории от 7 до 12 лет и составляет 105 рублей



**Завтрак от 12 лет и старше-родительская плата**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 15.09.2025</b>							
Завтрак	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	100 (50/50)	10,0	8,2	11,3	164,4	ТТК №52 528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	220	7,7	10,0	51,7	323,0	469/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№54
<b>Итого:</b>		<b>553,0</b>	<b>20,1</b>	<b>18,6</b>	<b>93,9</b>	<b>613,4</b>	
<b>Вторник 16.09.2025</b>							
Завтрак	Сосиска отварная	100	10,5	11,0	0,2	197,0	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	210/8	6,4	7,2	41,0	298,0	ТТК№58, 14/2005
	АК Напиток Витаминный	200	0,3	0,14	19,5	82,0	ТТК№59
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№54
<b>Итого:</b>		<b>551,0</b>	<b>19,4</b>	<b>18,7</b>	<b>76,6</b>	<b>645,0</b>	
<b>Среда 17.09.2025</b>							
Завтрак	Яйцо отварное	1 шт (40)	5,1	4,6	0,3	63,0	324/1997
	Вареники с картофелем, масло сливочное	170/5	12,1	13,8	49,3	343,0	ТТК№69, 14/2005
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,6	0	12,0	80,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>615,0</b>	<b>18,0</b>	<b>18,4</b>	<b>76,6</b>	<b>544,0</b>	
<b>Четверг 18.09.2025</b>							
Завтрак	Гарнировка: огурец свежий	100	0,8	0,1	3,6	15,0	ТН
	Жаркое «Сюрприз»	40/160	15,7	17,2	30,9	319,0	ТТК№30
	Компот из сухофруктов	200	0,2	0	20,8	84,0	ТТК№61
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	14,7	61,0	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>558,0</b>	<b>20,8</b>	<b>17,9</b>	<b>85,9</b>	<b>547,0</b>	
<b>Пятница 19.09.2025</b>							
Завтрак	Плов по-домашнему с филе куриным	50/190	15,4	17,9	37,0	349,0	ТТК №2/2
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,4	12,9	84,0	ТТК№54
	Фрукт: мандарин свежий	1/100	0,8	0,3	13,3	53,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>565,0</b>	<b>18,3</b>	<b>18,6</b>	<b>78,2</b>	<b>544,0</b>	

\*Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося для школьников категории от 12 лет и старше составляет 84 рубля

Согласовано

Директор Школы №

Утверждаю

 Директор МАУ «Центр детского  
здорового питания»  
А.В.Усков

Обед от 12 лет и старше -СВО

Принем пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 15.09.2025</b>							
Обед	Рассольник Ленинградский на к/б	250	5,2	7,1	20,0	143,0	132/2004
	Гуляш из филе цыпленка	110 (60/50)	12,0	8,4	4,8	174,0	ТТК20
	Рис отварной	210	5,3	11,4	56,7	321,0	465/1994
	Чай с пшопивником	200	0,4	0	18,8	81,0	ТТК№46
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>828,0</b>	<b>27,0</b>	<b>27,5</b>	<b>129,1</b>	<b>848,0</b>	
<b>Вторник 16.09.2025</b>							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	250/10	5,0	6,9	21,4	152,0	124/2004, Т17/1994
	Крокеты рыбные	100	13,4	11,6	13,2	213,0	ТТК№60
	Картофельное пюре	200/3	4,3	11,6	39,7	264,0	472/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№54
<b>Итого:</b>		<b>821,0</b>	<b>27,0</b>	<b>30,7</b>	<b>118,1</b>	<b>816,0</b>	
<b>Среда 17.09.2025</b>							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	7,6	7,0	24,9	200,0	133/2004 Т1/3/1994
	Котлета мясная	100	14,1	13,6	16,3	260,0	ТТК№63
	Макаронные изделия отварные	220	7,7	9,0	51,7	323,0	469/1994
	АК Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60,0	629/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>855,0</b>	<b>33,8</b>	<b>30,2</b>	<b>136,9</b>	<b>972,0</b>	
<b>Четверг 18.09.2025</b>							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, фрикадельки мясные	250/20	8,8	9,2	35,9	175,0	140/2004, 112/2004
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	50/50	10,0	8,2	11,3	165,0	ТТК№52, 528/3/1994
	Каша гречневая вязкая	220	6,6	9,9	39,8	289,0	ТТК№58
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>848,0</b>	<b>29,7</b>	<b>27,95</b>	<b>130,8</b>	<b>816,0</b>	
<b>Пятница 19.09.2025</b>							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б	250	7,6	9,5	16,6	218,0	139/2004
	Сосиски отварные	100	10,5	11,0	0,2	197,0	ТТК№100.1
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	200/4	7,0	10,2	47,0	323,0	469/1994, 14/2005
	Напиток ягодный	200	0,6	0	24,8	97,0	ТТК№64
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>812,0</b>	<b>29,8</b>	<b>31,3</b>	<b>117,4</b>	<b>964,0</b>	

\*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.В.Усков

Полдник -ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 15.09.2025</b>							
Полдник	Печенье Трио	1/45	2,2	6,7	30,1	193,0	ТН
	Фрукт: мандарин свежий	1 шт (1/100)	1,4	0,3	12,2	65,0	ТН
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60,0	629/1994
<b>Итого</b>		<b>352,0</b>	<b>3,9</b>	<b>7,0</b>	<b>57,5</b>	<b>318,0</b>	
<b>Вторник 16.09.2025</b>							
Полдник	Конфета вафельная Ух-ты	1/30	1,2	10,3	17,3	120,0	ТН
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Фрукт: апельсин свежий	1 шт (1/150)	0,6	0	12,0	60,0	ТН
<b>Итого:</b>		<b>380,0</b>	<b>2,0</b>	<b>10,3</b>	<b>44,3</b>	<b>238,0</b>	
<b>Среда 17.09.2025</b>							
Полдник	Печенье «Юбилей»	4/17	1,3	3,1	11,4	79,0	ТН
	Фрукт: мандарин свежий	1 шт (1/100)	0,8	0,3	13,3	53,0	ТН
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60,0	629/1994
<b>Итого</b>		<b>375,0</b>	<b>2,4</b>	<b>3,4</b>	<b>39,9</b>	<b>192,0</b>	
<b>Четверг 18.09.2025</b>							
Полдник	Печенье «Супер-контик»	1/50	2,8	13,0	31,0	232,0	ТН
	Компот из сухофруктов	200	0,2	0	20,8	84,0	ТТК№61
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>450,0</b>	<b>3,2</b>	<b>13,0</b>	<b>62,0</b>	<b>396,0</b>	
<b>Пятница 19.09.2025</b>							
Полдник	Пряник	1/42	2,6	6,0	13,8	62,0	ТН
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	5,0	6,4	9,4	120,0	ТН
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
<b>Итого</b>		<b>442,0</b>	<b>7,8</b>	<b>12,4</b>	<b>38,2</b>	<b>240,0</b>	

\*Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося составляет 41 рубль



Утверждаю  
 Директор МАУ «Центр детского  
 здорового питания»  
 А.В.Усков

2 завтрак от 7 до 12 лет ОВЗ и многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 15.09.2025</b>							
2 завтрак	Пельмени отварные с маслом сливочным	200/10	25,0	18,6	59,4	527,0	664/1994
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81,0	ТТК№46
	Хлеб пшеничный	2/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>460,0</b>	<b>27,3</b>	<b>18,8</b>	<b>91,1</b>	<b>669,0</b>	
<b>Вторник 16.09.2025</b>							
2 завтрак	Запеканка из творога с соусом сладким	140/50	20,1	13,4	21,7	328,0	366/2004 ТТК№67
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Фрукт: мандарин свежий	1/100	0,8	0,3	13,3	53,0	ТН
<b>Итого:</b>		<b>490,0</b>	<b>21,1</b>	<b>13,7</b>	<b>50,0</b>	<b>439,0</b>	
<b>Среда 17.09.2025</b>							
2 завтрак	Сосиски отварные	100	10,5	11,0	0,2	197,0	ТТК№100,1
	Рис отварной, масло сливочное	200/8	5,0	12,2	54,0	343,0	465/1994 14/2005
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,6	0	12,0	80,0	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>533,0</b>	<b>18,0</b>	<b>23,4</b>	<b>79,1</b>	<b>681,0</b>	
<b>Четверг 18.09.2025</b>							
2 завтрак	Макаронны запеченные с сыром	180	9,8	7,5	44,0	284,0	ТТК№226
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	10,4	103,3	762/3/1997
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	5,0	6,4	9,4	120,0	ТН
	Фрукт: мандарин свежий	1/100	0,8	0,3	13,3	53,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>680,0</b>	<b>17,0</b>	<b>15,8</b>	<b>77,1</b>	<b>560,3</b>	
<b>Пятница 19.09.2025</b>							
2 завтрак	Гарнировка: помидор свежий	60	0,6	0,1	2,3	10,8	ТН
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	50/50	10,0	8,2	11,3	164,4	ТТК№52, 528/3/1994
	Каша гречневая вязкая	180	5,4	6,0	36,9	205,0	ТТК№58
	Напиток ягодный	200	0,6	0	24,8	97,0	ТТК№64
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№54
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	0,6	0	12,0	70,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>715,0</b>	<b>19,1</b>	<b>14,5</b>	<b>100,2</b>	<b>608,2</b>	

\*Стоимость 1 комплекса на одного учащегося составляет 82 рубля

Согласовано

Директор Школы №

Общеразвивающей

школы №10

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы

Йошкар-Олы



Утверждаю

Директор МАУ «Центр детского

здорового питания»

А.В.Усков

Обед с 7- 12 лет вторая смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 15.09.2025</b>							
Обед	Рассольник Ленинградский на к/б	200	4,1	4,2	16,0	114,0	132/2004
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	100 (50/50)	10,0	8,2	11,3	164,4	ТТК №52 528/3/1994
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	180/10	6,3	12,6	30,4	302,0	469/1994, 14/2005
	АК Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60,0	629/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК №54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК №54
<b>Итого</b>		<b>755,0</b>	<b>24,8</b>	<b>25,6</b>	<b>101,7</b>	<b>769,4</b>	
<b>Вторник 16.09.2025</b>							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	200/20	4,2	5,9	18,1	129,0	124/2004, Т17/1994
	Сосиска отварная	100	10,5	11,0	0,2	197,0	ТТК №100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	200/7	6,0	8,4	33,9	280,0	ТТК №58, 14/2005
	АК Напиток Витаминный	200	0,3	0,14	19,5	82,0	ТТК №59
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК №54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК №54
<b>Итого:</b>		<b>785,0</b>	<b>25,1</b>	<b>26,0</b>	<b>100,5</b>	<b>817,0</b>	
<b>Среда 17.09.2025</b>							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	200/20	5,6	7,0	17,9	162,6	133/2004 Т13/1994
	Котлета мясная	90	10,2	9,3	14,7	234,0	ТТК №63
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	190/10	6,7	10,0	33,6	236,0	469/1994, 14/2005
	АК Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60,0	629/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК №54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК №54
<b>Итого</b>		<b>775,0</b>	<b>26,9</b>	<b>26,9</b>	<b>110,2</b>	<b>821,6</b>	
<b>Четверг 18.09.2025</b>							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями на к/б	200	5,8	2,6	29,3	103,0	140/2004
	Жаркое «Сюрприз»	55/190	16,4	17,2	31,1	343,0	ТТК №30
	Компот из сухофруктов	200	0,2	0	20,8	84,0	ТТК №61
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК №54
	Пряник	1/42	2,6	6,0	13,8	62,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>720,0</b>	<b>26,9</b>	<b>26,0</b>	<b>107,9</b>	<b>756,0</b>	
<b>Пятница 19.09.2025</b>							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б	200	6,1	7,6	13,3	174,0	139/2004
	Плов по-домашнему с филе куриным	50/190	15,4	17,9	37,0	349,0	ТТК №2/2
	Компот яблочный	200	0,9	0	18,6	75,0	ТТК №68
	Хлеб пшеничный	2/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК №54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК №54
	Фрукт: мандарин свежий	1/100	0,4	0,3	12,6	53,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>823,0</b>	<b>26,9</b>	<b>26,4</b>	<b>110,3</b>	<b>780,0</b>	

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

Согласовано  
Директор Школы №10



10  
Утверждаю  
Директор МАУ «Центр детского  
здорового питания»  
А.В.Усков



Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 15.09.2025</b>							
Завтрак	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	100 (50/50)	10,0	8,2	11,3	164,4	ТТК№52, 528/3/1994
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	190/6	6,8	10,9	38,3	304,0	469/1994 14/2005
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№54
<b>Итого:</b>		<b>521,0</b>	<b>18,9</b>	<b>19,3</b>	<b>77,5</b>	<b>587,0</b>	
<b>Вторник 16.09.2025</b>							
Завтрак	Сосиска отварная	100	10,5	11,0	0,2	197,0	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	180/3	5,4	6,0	36,9	205,0	ТТК№58, 14/2005
	АК Напиток Витаминный	200	0,3	0,14	19,5	82,0	ТТК№59
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№54
	Пряник	1/42	1,1	2,4	8,8	42,0	ТН
<b>Итого:</b>		<b>550,0</b>	<b>19,2</b>	<b>19,7</b>	<b>78,3</b>	<b>587,0</b>	
<b>Среда 17.09.2025</b>							
Завтрак	Бутерброд с повидлом	20/5/25	1,9	4,3	13,5	120,0	2/2004
	Каша Дружба, масло сливочное	200/10	12,4	10,0	31,1	289,0	Т4/2004, 14/2005
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	10,4	103,3	762/3/1997
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	0,6	0	12	70,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>610,0</b>	<b>16,3</b>	<b>15,9</b>	<b>67,0</b>	<b>582,0</b>	
<b>Четверг 18.09.2025</b>							
Завтрак	Жаркое «Сюрприз»	55/190	16,4	17,2	31,1	343,0	ТТК№30
	Компот из сухофруктов	200	0,2	0	20,8	84,0	ТТК№61
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	2,6	0,8	26,8	126,0	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>511,0</b>	<b>19,2</b>	<b>18,0</b>	<b>78,7</b>	<b>553,0</b>	
<b>Пятница 19.09.2025</b>							
Завтрак	Плов по-домашнему с филе куриным	50/190	15,4	17,9	37,0	349,0	ТТК №2/2
	Компот яблочный	200	0,9	-	15,0	75,0	ТТК№68
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№54
	Фрукт: мандарин свежий	1/100	0,8	0,3	13,3	53,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>565,0</b>	<b>19,0</b>	<b>18,4</b>	<b>78,2</b>	<b>538,0</b>	

\*Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося для школьников категории от 7 до 12 лет составляет не менее 63 рублей