

Согласовано
Директор Школы №1



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		
Понедельник 15.09.2025							
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
Итого:		521,0	18,9	19,3	77,5	587,0	
Вторник 16.09.2025							
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
Итого:		550,0	19,2	19,7	78,3	587,0	
Среда 17.09.2025							
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
Итого		610,0	16,3	15,9	67,0	582,0	
Четверг 18.09.2025							
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
Итого		511,0	19,2	18,0	78,7	553,0	
Пятница 19.09.2025							
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
Итого		565,0	19,0	18,4	78,2	538,0	

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

Согласовано

Директор Школы №1

общееобразовательная
школа
№1
г. Йошкар-Ола

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		
Понедельник 15.09.2025							
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
Итого		755,0	24,8	25,6	101,7	769,4	
Вторник 16.09.2025							
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
Итого:		785,0	25,1	26,0	100,5	817,0	
Среда 17.09.2025							
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
Итого		775,0	26,9	26,9	110,2	821,6	
Четверг 18.09.2025							
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
Итого		720,0	26,9	26,0	107,9	756,0	
Пятница 19.09.2025							
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
Итого		823,0	26,9	26,4	110,3	780,0	

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

Согласовано
Директор Школы №1



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		
Понедельник 15.09.2025							
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
Итого		460,0	27,3	18,8	91,1	669,0	
Вторник 16.09.2025							
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
Итого:		490,0	21,1	13,7	50,0	439,0	
Среда 17.09.2025							
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
Итого		533,0	18,0	23,4	79,1	681,0	
Четверг 18.09.2025							
2 завтрак	Макароны 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
Итого		680,0	17,0	15,8	77,1	560,3	
Пятница 19.09.2025							
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
Итого		715,0	19,1	14,5	100,2	608,2	

*Стоимость 1 комплекса на одного учащегося составляет 82 рубля



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

Полдник от 7 до 12 лет ОВЗ и многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 15.09.2025							
Полдник	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
Итого		460,0	27,3	18,8	91,1	669,0	
Вторник 16.09.2025							
Полдник	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
Итого:		490,0	21,1	13,7	50,0	439,0	
Среда 17.09.2025							
Полдник	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
Итого		533,0	18,0	23,4	79,1	681,0	
Четверг 18.09.2025							
Полдник	Макароны 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
Итого		680,0	17,0	15,8	77,1	560,3	
Пятница 19.09.2025							
Полдник	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
Итого		715,0	19,1	14,5	100,2	608,2	

*Стоимость 1 комплекса на одного учащегося составляет 82 рубля



Согласовано
Директор Школы №1



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		
Понедельник 15.09.2025							
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
Итого		352,0	3,9	7,0	57,5	318,0	
Вторник 16.09.2025							
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
Итого:		380,0	2,0	10,3	44,3	238,0	
Среда 17.09.2025							
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
Итого		375,0	2,4	3,4	39,9	192,0	
Четверг 18.09.2025							
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
Итого		450,0	3,2	13,0	62,0	396,0	
Пятница 19.09.2025							
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
Итого		442,0	7,8	12,4	38,2	240,0	

*Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося составляет 41 рубль



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

Завтрак от 12 лет и старше-родительская плата

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 15.09.2025							
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
	Итого:	553,0	20,1	18,6	93,9	613,4	
Вторник 16.09.2025							
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
	Итого:	551,0	19,4	18,7	76,6	645,0	
Среда 17.09.2025							
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
	Итого	615,0	18,0	18,4	76,6	544,0	
Четверг 18.09.2025							
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
Итого	558,0	20,8	17,9	85,9	547,0		
Пятница 19.09.2025							
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
	Итого	565,0	18,3	18,6	78,2	544,0	

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



Согласовано
Директор Школы №1
г. Ижевск



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

Обед от 12 лет и старше -СВО

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 15.09.2025							
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 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
Итого		828,0	27,0	27,5	129,1	848,0	
Вторник 16.09.2025							
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
Итого:		821,0	27,0	30,7	118,1	816,0	
Среда 17.09.2025							
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
Итого		855,0	33,8	30,2	136,9	972,0	
Четверг 18.09.2025							
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
Итого		848,0	29,7	27,95	130,8	816,0	
Пятница 19.09.2025							
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
Итого		812,0	29,8	31,3	117,4	964,0	

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

Согласовано
Директор Школы №



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		
Понедельник 15.09.2025							
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
Итого		728,0	23,2	24,5	104,1	749,0	
Вторник 16.09.2025							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	200/20	4,2	5,9	18,1	129,0	124/2004, T17/1994
	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
Итого:		703,0	26,1	28,1	100,5	705,0	
Среда 17.09.2025							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	200/20	5,6	7,0	17,9	162,6	133/2004 T13/1994
	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	
Итого		782,0	27,6	30,1	111,1	822,6	
Четверг 18.09.2025							
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
Итого		771,0	26,8	23,1	122,1	715,4	
Пятница 19.09.2025							
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
Итого		711,0	26,6	27,2	100,5	861,0	

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



Обед от 12 лет и старше за родительскую плату

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 15.09.2025							
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 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
Итого		828,0	27,0	27,5	129,1	848,0	
Вторник 16.09.2025							
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
Итого:		821,0	27,0	30,7	118,1	816,0	
Среда 17.09.2025							
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
Итого		855,0	33,8	30,2	136,9	972,0	
Четверг 18.09.2025							
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
Итого		848,0	29,7	27,95	130,8	816,0	
Пятница 19.09.2025							
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
Итого		812,0	29,8	31,3	117,4	964,0	

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

Согласовано

Директор Школы №

Общественная

школа

№1

г. Йошкар-Ола

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		
Понедельник 15.09.2025							
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
Итого		848,0	31,6	29,6	129,3	888,0	
Вторник 16.09.2025							
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
Итого:		866,0	27,3	29,9	121,1	823,0	
Среда 17.09.2025							
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, 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
Итого		855,0	33,8	36,8	133,1	966,0	
Четверг 18.09.2025							
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
Итого		837,0	28,0	30,6	128,9	830,0	
Пятница 19.09.2025							
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
Итого		815,0	29,4	32,9	102,8	947,0	

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