



1

Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества				Энергетическая	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У			
Понедельник 10.11.2025								
Завтрак	Салат из квашенной капусты	60	0	3	3,6	27	ТТК№50	
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	100 (50/50)	10	8,2	11,3	164,4	ТТК№52, 528/3/1994	
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	190/10	5,5	6,4	15,7	150	469/1994 14/2005	
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	12,2	58	628/1994	
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН	
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	2,2	0,4	11,9	68	ТТК№54	
	Печенье Сормовское	1/50	1,1	1,7	13,8	40	ТН	
Итого		876	19,20	19,70	78,70	587,40		
Вторник 11.11.2025								
	Сосиска отварная	100	9,5	8,3	0,2	197	ТТК№100,1	
	Каша гречневая рассыпчатая, масло сливочное	180/10	3,6	4,8	32,2	180	Т4/1994 14/2005	
	АК Напиток Витаминный	200	0,3	0,14	18,5	82	ТТК№59	
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,4	12,9	68	ТТК№54	
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	3	4,4	9,4	60	ТН	
Итого:		715,00	18,3	18,04	73,2	587		
Среда 12.11.2025								
Завтрак	Сырники из рикотты, соус сладкий	160/30	13,5	14,7	25,3	257	ТТК№72, 67	
	Какао с молоком	200	4,9	5	32,5	190	693/2004	
	Фрукт: апельсин свежий	1 шт (1/200)	0,6	0	1,59	60	ТН	
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	9,3	80	ТН	
Итого		790	19,2	19,7	78,69	587		
Четверг 13.11.2025								
Завтрак	Гарнировка: помидор свежий	60	0,66	0,12	2,34	10,8	ТН	
	Жаркое "Сюрприз"	55/190	12,5	14,8	23,3	301	ТТК№30	
	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	19,8	77	585/1994	
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	3	4,4	9,4	60	ТН	
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	11,9	68	ТТК№54	
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	0,6	0	12	70	ТН	
Итого		888	19,16	19,72	78,74	586,8		
Пятница 14.11.2025								
Завтрак	Гарнировка: огурец свежий	60,0	0,4	0,06	2,2	9	ТН	
	Плов по-домашнему с говядиной	70/150	15,4	16,6	26	293	ТТК№7	
	Напиток апельсиновый	200	0	0	19,8	77	699/2004	
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	11,9	68	ТТК№54	
	Фрукт: груша свежая	1 шт (1/250)	0,6	0	6	60	ТН	
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	9,3	80	ТН	
Итого		963	18,8	17,06	75,2	587		

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

Согласовано
Директор Школы №



Утверждаю

Директор МАУ "Центр детского
здорового питания"
А.В.Усков

Завтрак от 12 лет и старше -родительская плата

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
Понедельник 10.11.2025							
Завтрак	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	100 (50/50)	10,00	8,20	11,30	164,40	ТТК№52 528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	220	7,70	10,00	43,20	323,00	469/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,20	0,00	12,20	58,00	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
Итого		553,00	20,10	18,60	82,60	613,40	
Вторник 11.11.2025							
Завтрак	Сосиска отварная	100	10,50	15,70	0,20	197,00	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	210/8	6,40	7,00	41,00	310,00	ТТК58 14/2005
	АК Напиток Витаминный	200	0,30	0,14	19,50	82,00	ТТК№59
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
Итого:		551,0	19,40	23,24	76,60	657,00	
Среда 12.11.2025							
Завтрак	Яйцо отварное	1 шт (40)	5,10	4,60	0,30	63,00	324/1997
	Вареники с картофелем, масло сливочное	170/3	11,50	13,20	49,30	343,00	ТТК№69, 14/2005
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	58,00	628/1994
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,60	0,00	12,00	80,00	ТН
Итого		613,0	17,40	17,80	76,60	544,00	
Четверг 13.11.2025							
Завтрак	Гарнировка: огурец свежий	100	0,80	0,10	3,60	15,00	ТН
	Жаркое "Сюрприз"	40/160	13,20	17,20	28,30	319,00	ТТК№30
	Чай с лимоном	200/7	0,30	0,00	13,20	60,00	629/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,80	0,40	25,80	122,00	ТТК№54
Итого		557,0	20,40	18,10	86,80	574,00	
Пятница 14.11.2025							
Завтрак	Плов по-домашнему с филе куриным	50/190	15,40	17,90	37,00	349,00	ТТК№2/2
	АКЧай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	58,00	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	84,00	ТТК№54
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,80	0,30	13,30	53,00	ТН
Итого		665,0	18,30	18,40	78,20	544,00	

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



Согласовано
Директор Школы № 1



Утверждаю
Директор МАУ "Центр детского
здорового питания"

А.В. Усков

Полдник ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энергетическая ценност	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
Понедельник 10.11.2025							
Полдник	Печенье "Юбилей"	3/17	0,97	2,32	8,54	59,24	ТН
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	0,60	0,00	12,00	70,00	ТН
	Чай с лимоном	200/7	0,30	0,00	15,20	60,00	629/1994
Итого		408	1,87	2,32	35,74	189,24	
Вторник 11.11.2025							
Полдник	Пряник	1/42	2,60	6,00	13,80	62,00	ТН
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	58,00	628/1994
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	5,00	6,40	9,40	120,00	ТН
Итого:		442,0	7,80	12,40	38,20	240,00	
Среда 12.11.2025							
Полдник	Печенье «Юбилей»	3/17	0,97	2,32	8,54	59,24	ТН
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	0,60	0,00	12,00	70,00	ТН
	Чай с лимоном	200/7	0,30	0,00	15,20	60,00	629/1994
Итого		408	1,87	2,32	35,74	189,24	
Четверг 13.11.2025							
Полдник	Печенье «Супер-контик»	1/50	2,80	13,00	31,00	232,00	ТН
	Чай с шиповником	200	0,40	0,00	18,80	81,00	ТТК№46
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,20	0,00	10,20	80,00	ТН
Итого		450,0	3,40	13,00	60,00	393,00	
Пятница 14.11.2025							
Полдник	Печенье "Юбилей"	2/17	2,60	6,00	13,80	62,00	ТН
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	5,00	6,40	9,40	120,00	ТН
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	58,00	628/1994
Итого		434,0	7,80	12,40	38,20	240,00	

*Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося составляет 41 рубль



Полдник от 7 до 12 лет ОВЗ и многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые ве цества			Энергет ическая	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
Понедельник 10.11.2025							
Полдник	Пельмени отварные с маслом сливочным	200/10	25	18,6	59,4	527	664/1994
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК№46
	Хлеб пшеничный	2/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
Итого		460,0	27,3	18,8	91,1	669	
Вторник 11.11.2025							
Полдник	Запеканка из творога с соусом сладким	140/40	19,04	12,69	20,55	310	366/2004 ТТК№67
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Фрукт :яблоко свежее	1/150	0,6	0	12	70	ТН
Итого:		530,0	19,84	12,69	47,55	438	
Среда 12.11.2025							
Полдник	Сосиски отварные	100	10,5	11	0,2	197	ТТК№100,1
	Рис отварной, масло сливочное	200/8	5	12,2	54	343	465/1994 142005
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,6	0	12	80	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
Итого		533,0	18	23,4	79,1	681	
Четверг 13.11.2025							
Полдник	Макароны запеченные с сыром	180,00	9,8	7,5	44	284	ТТК№226
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	5	6,4	9,4	120	ТН
	Фрукт: груша свежая	1шт (200)	0,72	0	12	70	ТН
Итого		580,0	15,52	13,9	65,4	474	
Пятница 14.11.2025							
Полдник	Гарнировка: помидор свежий	60	0,6	0,1	2,3	10,8	ТН
	Котлета куриная рубленная с соусом красным основным	50/50	10	8,2	11,3	164,4	ТТК№52, 528/3/1994
	Каша гречневая вязкая	180	5,4	6	36,9	205	ТТК№58
	Компот из сухофруктов	200	0,2	0	20,8	84	ТТК№61
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	0,6	0	12	70	ТН
Итого		715,0	18,7	14,5	96,2	595,2	

*Стоимость 1 комплекса на 1 учащегося составляет 82 рубля



Обед от 12 лет и старше - ОВЗ, многодетные

Директор МАУ "Центр детского
здорового питания"
А.В. Усков

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
Понедельник 10.11.2025							
Обед	Рассольник Ленинградский, фрикадельки мясные	250/20	9,8	9,2	20,2	183	132/2004 112/2004
	Гуляш из филе цыпленка	100 (50/50)	12	8,4	4,8	174	ТТК№20
	Рис отварной	200,0	5	10,8	54	305,4	465/1994,
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК№46
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК №54
Итого		828	31,3	29	126,6	872,4	
Вторник 11.11.2025							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	250/20	5	6,9	21,4	152	124/2004, Т17/1994
	Котлеты рыбные	100,00	16,4	10,4	16,3	220	388/2004
	Картофельное пюре, масло сливочное	210/10	4,59	12,43	42,5	283,1	472/1994, 14/2005
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,4	0,8	31,8	136	ТТК№54
Итого:		856	30,59	30,53	127	849,1	
Среда 12.11.2025							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	7,6	7	24,9	200	133/2004 Т1/3/1994
	Котлета мясная	100	14,1	13,6	16,3	260	ТТК№63
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	200/6	7	12,4	47	353	469/1994 14/2005
	АК Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК №54
	Пряник	1/42	2,6	6	13,8	62	ТН
Итого		850	33,5	39,2	130,1	996	
Четверг 13.11.2025							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, фрикадельки мясные	250/20	8,8	9,2	35,9	175	140/2004 112/2004
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	50/50	10	8,2	11,3	165	ТТК№52, 528//3/1994
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	220/10	6,6	15,1	39,8	363	ТТК№58 14/2005
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК№46
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
Итого		858	29,9	33,1	134,6	913	
Пятница 14.11.2025							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б	250	7,6	9,5	16,6	218	139/2004
	Сосиски отварные	100	10,5	11	0,2	197	ТТК №100,1
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	200/5	6,8	11,64	46,5	319,6	469/1994, 14/2005
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
Итого		813	29,2	32,74	102,3	943,6	

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



Согласовано
Директор Школы №1
г. Йошкар-Ола

Утверждаю
Директор МАУ "Центр детского
здорового питания"
А.В.Усков

Обед от 12 лет и старше - СВО

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
Понедельник 10.11.2025							
Обед	Рассольник Ленинградский на к/б	250	5,20	7,10	20,00	143,00	132/2004
	Гуляш из филе цыпленка	110 (60/50)	12,00	8,40	4,80	174,00	ТТК№20
	Рис отварной	220	5,50	11,90	59,40	336,00	465/1994
	Чай с шиповником	200	0,40	0,00	18,80	81,00	ТТК№46
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК №54
Итого		838,0	27,20	28,00	131,80	863,00	
Вторник 11.11.2025							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	250/20	5,00	6,90	21,40	152,00	124/2004, Т17/1994
	Котлета рыбная	100,00	16,4	10,4	16,3	220	388/2004
	Картофельное пюре, масло сливочное	200/3	4,30	11,60	39,70	264,00	472/1994 14/2005
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	58,00	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
Итого:		831	30,00	29,50	121,20	823,00	
Среда 12.11.2025							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	7,60	7,00	24,90	200,00	133/2004 Т1/3/1994
	Котлета мясная	100	14,10	13,60	16,30	260,00	ТТК№63
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	220/5	7,70	11,60	51,70	360,00	469/1994
	АК Чай с лимоном	200/7	0,30	0,00	15,20	60,00	629/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК №54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
Итого		860	33,80	32,80	136,90	1009,00	
Четверг 13.11.2025							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, фрикадельки мясные	250/20	8,80	9,20	35,90	175,00	140/2004 112/2004
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	50/50	10,00	8,20	11,30	165,00	ТТК№52, 528/3/1994
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	180/4	5,10	10,30	47,40	266,00	ТТК№58 14/2005
	АК Чай с шиповником	200	0,40	0,00	18,80	81,00	ТТК№46
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
Итого		812	28,40	28,30	142,20	816,00	
Пятница 14.11.2025							
Обед	Суп картофельный с бобовыми	250	7,60	9,50	29,10	218,00	139/2004
	Сосиски отварные	100	10,50	11,00	0,20	197,00	ТТК №100,1
	Макаронные изделия отварные	220	7,70	8,36	51,70	314,00	465/1994
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,20	0,00	10,20	80,00	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	23,70	68,00	ТТК№54
Итого		803	28,20	29,26	114,90	877,00	

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



Директор МАУ "Центр детского
здорового питания"
А.В. Усков

Обед от 12 лет и старше за родительскую плату

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энергети- ческая	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
Понедельник 10.11.2025							
Обед	Рассольник Ленинградский на к/б	250	5,2	7,1	20	143	132/2004
	Гуляш из филе цыпленка	110 (60/50)	12	8,4	4,8	174	ТТК№20
	Рис отварной	220	5,5	11,9	59,4	336	465/1994
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК№46
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК №54
Итого		838,0	27,2	28	131,8	863	
Вторник 11.11.2025							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	250/20	5	6,9	21,4	152	124/2004, T17/1994
	Котлеты рыбные	100,00	16,4	10,4	16,3	220	388/2004
	Картофельное пюре, масло сливочное	200/3	4,3	11,6	39,7	264	472/1994 14/2005
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
Итого:		831	30	29,5	121,2	823	
Среда 12.11.2025							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	7,6	7	24,9	200	133/2004 T1/3/1994
	Котлета мясная	100	14,1	13,6	16,3	260	ТТК№63
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	220/5	7,7	11,6	51,7	360	469/1994
	АК Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК №54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
Итого		860	33,8	32,8	136,9	1009	
Четверг 13.11.2025							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, фрикадельки мясные	250/20	8,8	9,2	35,9	175	140/2004 112/2004
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	50/50	10	8,2	11,3	165	ТТК№52, 528/3/1994
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	180/4	5,1	10,3	47,4	266	ТТК№58 14/2005
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК№46
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
Итого		812	28,4	28,3	142,2	816	
Пятница 14.11.2025							
Обед	Суп картофельный с бобовыми	250	7,6	9,5	29,1	218	139/2004
	Сосиски отварные	100	10,5	11	0,2	197	ТТК №100,1
	Макаронные изделия отварные	220	7,7	8,36	51,7	314	465/1994
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	23,7	68	ТТК№54
Итого		803	28,2	29,26	114,9	877	

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



Обед от 7 до 12 лет за родительскую плату

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
Понедельник 10.11.2025							
Обед	Рассольник Ленинградский, на к/б	200	4,10	4,90	16,00	114,00	132/2004
	Гуляш из филе цыпленка	110 (60/50)	12,00	8,40	4,80	174,00	ТТК№20
	Рис отварной, масло сливочное	180/6	4,50	10,80	48,60	312,00	465/1994, 14/2005
	Чай с шиповником	200	1,50	0,00	21,20	81,00	ТТК№46
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	5,50	3,90	25,20	79,50	ТТК№54
Итого		729	27,60	28,00	115,80	760,50	
Вторник 11.11.2025							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	200/20	4,20	5,90	18,10	129,00	124/2004, Т17/1994
	Котлета рыбная	100,00	16,4	10,4	16,3	220	388/2004
	Картофельное пюре, масло сливочное	200/6	4,20	11,60	39,60	268,00	472/1994 14/2005
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	58,00	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	31,80	68,00	ТТК№54
Итого:		759	27,20	28,30	120,80	743,00	
Среда 12.11.2025							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	200/20	5,60	7,00	17,90	162,60	133/2004 Т1/3/1994
	Котлета мясная	90	10,20	9,30	14,70	234,00	ТТК№63
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	160/4	5,50	9,90	41,50	280,00	469/1994
	АК Чай с лимоном	200/7	0,30	0,00	15,20	60,00	629/1994
	Пряник	1/42	2,60	6,00	13,80	62,00	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
Итого		756,0	26,40	32,60	119,00	866,60	
Четверг 13.11.2025							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, фрикадельки мясные	200/20	7,20	7,50	29,30	143,00	140/2004 112/2004
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	50/50	10,00	8,20	11,30	164,40	ТТК№52, 528//3/1994
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	200/6	5,98	7,75	40,86	249,00	ТТК№58 14/2005
	АК Чай с шиповником	200	0,40	0,00	18,80	81,00	ТТК№46
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
Итого		759	25,78	23,85	116,16	705,40	
Пятница 14.11.2025							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б	200	6,10	7,60	23,30	174,00	139/2004
	Сосиски отварные	100	10,50	11,00	0,20	197,00	ТТК №100,1
	Макаронные изделия отварные	170	5,30	8,00	46,20	281,00	465/1994
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,60	0,00	12,00	80,00	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
Итого		728	26,60	27,20	110,50	861,00	

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



Обед с 7-12 лет вторая смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энергетич еская ценность	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
Понедельник 10.11.2025							
Обед	Салат из квашенной капусты	60	0	3	3,6	27	ТТК№50
	Рассольник Ленинградский , говядина отварная	200/20	6,7	5,9	16	139,4	132/2004 Т8/1996
	Котлета куриная рубленная с соусом красным	100 (50/50)	10	8,2	11,3	164,4	ТТК №52 528/3/1994
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	180/10	4,6	8,2	18,8	184	469/1994, 14/2005
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10	80	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	11,9	68	ТТК№54
	Печенье Сормовское	1/50	1,1	1,7	10,8	40	ТН
Итого		1078	26,9	27,6	110,3	821,8	
Вторник 11.11.2025							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	200/20	4,2	5,9	18,1	129	124/2004, Т17/1994
	Сосиска отварная	100	10,5	8,3	0,2	197	ТТК №100,1
	Каша гречневая рассыпчатая, масло сливочное	200/10	4,3	7,3	34	225	Т4/1994 14/2005
	АК Напиток Витаминный	200	0,3	0,14	19,5	82	ТТК№59
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	11,9	68	ТТК№54
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	3	4,4	9,4	60	ТН
Итого:		988	26,4	26,64	106	822	
Среда 12.11.2025							
Обед	Гарнировка: огурец свежий	60,0	0,48	0,06	2,16	9	ТН
	Суп картофельный/рыбная консерва	200/20	5,6	7	17,9	162,6	133/2004 Т13/1994
	Гуляш из говядины	50/50	11	7	3,5	135	437/2004
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	190/10	4,6	10,5	22,2	186	469/1994, 14/2005
	АКЧай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	12,5	68	ТТК№54
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10	80	ТН
	Фрукт: апельсин свежий	1 шт (1/200)	0,6	0	11,59	60	ТН
Итого		1245	26,88	25,16	107,95	821,6	
Четверг 13.11.2025							
Обед	Гарнировка: помидор свежий	60	0,66	0,12	2,34	10,8	ТН
	Суп картофельный с макаронными изделиями, цыпленок отварной	200/20	6,7	5,8	19,3	157	140/2004 Т- 17/1994
	Жаркое "Сюрприз"	55/190	11,4	15	31,1	343	ТТК№30
	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	16,5	89,3	585/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	14,9	68	ТТК№54
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	2	0	14,2	85,6	ТН
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	3	4,4	9,4	60	ТН
	Итого		1108	26,16	25,72	107,74	813,7
Пятница 14.11.2025							
Обед	Гарнировка: огурец свежий	1/60	0,48	0,06	2,16	9	ТН
	Суп картофельный с бобовыми, фрикадельки мясные	200/20	6,1	9,17	22,5	214	132/2004 112/2004
	Плов по-домашнему с говядиной	70/150	15,4	16,6	26,5	253	ТТК№7
	Напиток апельсиновый	200	0	0	19,8	77	699/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,4	11,9	61	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	11,9	68	ТТК№54
	Фрукт: груша свежая	1 шт (1/250)	0,6	0	6	60	ТН
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10	80	ТН
Итого		1208	26,88	26,63	110,76	822	

*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 питания
здорового питания"
А.В.Усков

Полдник ГПД

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
Понедельник 10.11.2025							
Полдник	Фрукт: яблоко свежее	1/150	0,6	0	12	70	ТН
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
Итого		350,0	0,8	0	27	128	
Вторник 11.11.2025							
Полдник	Ватрушка с картофелем и сыром	100,0	11,3	11,3	23,5	269	ТТК№57
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
Итого:		300,00	11,5	11,3	33,7	349	
Среда 12.11.2025							
Полдник	Кекс столичный	100	12	13	29,9	285	701/1994
	Чай с лимоном	200/7	0,2	0	15	58	628/1994
Итого		307,00	12,2	13	44,9	343	
Четверг 13.11.2025							
Полдник	Пирожное песочное со сгущенным молоком	100,00	6,2	23,6	38,8	446	ТТК№9
	Напиток ягодный	200,00	0,6	0	24,8	97	ТТК№64
Итого		300,00	6,8	23,6	63,6	543	
Пятница 14.11.2025							
Полдник	Полоска студенческая	100	6,3	11	64,3	383	102/1999
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
Итого		300,00	6,5	11	74,5	463	

*Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося составляет 35 рублей