



Согласовано
Директор Школы №



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

Завтрак от 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 19.01.2026							
Завтрак	Сосиска отварная	100	9,5	8,3	0,2	196	ТТК№100,1
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	180/5	7,55	9,3	48,9	176	469/1994 14/2005
	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
Итого		517	19,25	17,8	77,2	493	
Вторник 20.01.2026							
Завтрак	Котлета мясная	100	10,2	9,3	14,7	234	ТТК№63
	Рис отварной, масло сливочное	200/10	5	8,6	27,8	136,5	465/1994 14/2005
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	12,8	81	ТТК№46
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
Итого		543	17,8	18,3	71,2	519,5	
Среда 21.01.2026							
Завтрак	Бутерброд с сыром	5/20/25	6,7	5,9	11,3	120	3/1997
	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес"	150	8,1	8,3	33,5	187	528/1994
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	10,4	103	762/3/1997
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	0,6	0	12	60	ТН
Итого		550	16,8	15,8	67,2	470	
Четверг 22.01.2026							
Завтрак	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	100 (50/50)	10	8,2	11,3	164	ТТК№52, 528/3/1994
	Картофельное пюре	190	4,6	10	27,8	226	472/1994
	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
Итого		522	16,8	18,4	67,2	511	
Пятница 23.01.2026							
Завтрак	Птица запеченная (бедро)	90	10	10,4	0,2	187	ТТК№32,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	180/3	6,2	7,3	34,1	214,5	ТТК№58 14/2005
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
	Фрукт: апельсин свежий	1/200	0,6	0	12	60	ТН
Итого		706	19,2	18,1	77,2	587,5	

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

Согласовано
Директор Школы №1



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 19.01.2026							
Завтрак	Сосиска отварная	100	10,5	10	0,2	197	ТТК№100,1
	Макаронные изделия отварные	210	7,15	8,59	49,35	308,3	469/1994
	АК Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
Итого		550	20,15	18,99	80,65	633,3	
Вторник 20.01.2026							
Завтрак	Котлета мясная	100	14,1	13,6	16,3	260	ТТК№63
	Рис отварной, масло сливочное	220/5	5,5	11,4	59,4	273	465/1994, 14/2005
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	12,8	81	ТТК№46
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
Итого		558	22,2	25,4	104,4	682	
Среда 21.01.2026							
Завтрак	Бутерброд с повидлом	20/5/25	5,3	4,3	13,5	120	2/2004
	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес", масло сливочное	200/7	10,7	12,8	47,2	297,1	Т4/2004 14/2005
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103,3	762/1997
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	0,6	0	12	60	ТН
Итого		607	18	18,7	93,1	580,4	
Четверг 22.01.2026							
Завтрак	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	100 (50/50)	10	8,2	11,3	164	ТТК№52 528/3/1994
	Картофельное пюре	220	6,5	11,5	34,4	262	472/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	528/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	1,3	0,4	15,9	68	ТТК№54
Итого		553	18	20,1	76,6	552	
Пятница 23.01.2026							
Завтрак	Птица запеченная (бедро), с соусом красным основным	90/20	10	9,4	0,2	187	ТТК№32,1 528/3/1994
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	200/10	6	12	44,6	284	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
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
Итого		585	20,4	22	88,8	660	

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



Полдник от 7 до 12 лет ОВЗ и многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 19.01.2026							
Полдник	Вареники с картофелем, масло сливочное	200/5	12,1	10,2	49,3	232	ТТК№69, 14/2005
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	5	6,4	9,4	120	ТН
	Хлеб пшеничный	2/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
Итого		455	19	16,8	71,6	413	
Вторник 20.01.2026							
Полдник	Пудинг из творога (запеченный) с соусом сладким	200/40	22,7	14,7	27,9	320	362/2004 ТТК№67
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
Итого:		440	22,9	14,7	38,1	400	
Среда 21.01.2026							
Полдник	Гуляш	50/50	16,4	6	3,5	135	437/2004
	Рис отварной	160	3,2	5,8	37	204	465/1994
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Пряник	1/42	2,6	6	13,8	62	ТН
Итого		542	24,4	18	82,4	522	
Четверг 22.01.2026							
Полдник	Каша гречневая по-купечески с филе куриным	60/160	18,2	8,9	37,4	370	ТТК№71
	Компот яблочный	200	0,9	0	15	75	ТТК№68
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
	Фрукт: мандарин свежий	1/100	0,8	0,3	13,3	53	ТН
Итого		553	22,1	9,6	81,6	566	
Пятница 23.01.2026							
Полдник	Бутерброд с сыром	5/20/25	6,7	5,9	10,2	120	3/1997
	Каша Янтарная, масло сливочное	150/10	6,5	13,5	33,7	293	305/2004, 14/2005
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	0,8	0,6	20	86	ТН
Итого		567	14,3	20	79,1	559	

*Стоимость 1 комплекса на одного учащегося составляет 82 рубля

Согласовано
Директор Школы №



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



Полдник - ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетиче- ская ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 19.01.2026							
Полдник	Печенье "Юбилей"	3/17	1,3	3,1	11,4	79	ТН
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	1,4	0,3	12,2	65	ТН
Итого		408	3	3,4	38,8	204	
Вторник 20.01.2026							
Полдник	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Фрукт: апельсин свежий	1/200	0,6	0	12	60	ТН
Итого		400	0,8	0	27	118	
Среда 21.01.2026							
Полдник	Печенье "Юбилей"	3/17	1,3	3,1	11,4	79	ТН
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	1,4	0,3	12,2	65	ТН
Итого		408	3	3,4	38,8	204	
Четверг 22.01.2026							
Полдник	Печенье "Супер-контик"	1/50	2,8	13	31	232	ТН
	Компот из сухофруктов	200	0,2	0	20,8	84	ТТК№61
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
Итого		450	3,2	13	62	396	
Пятница 23.01.2026							
Полдник	Пряник	1/42	2,6	6	13,8	62	ТН
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	5	6,4	9,4	120	ТН
Итого		442	7,8	12,4	38,2	240	

*Стоимость комплекса полдника на одного учащегося составляет 41 рубль

Согласовано
Директор Школы №2



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 19.01.2026							
Обед	Суп картофельный /рыбная консерва	200/20	5,6	6,5	13,2	150	133/2004, Т1/3/1994
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	100 (50/50)	10	8,2	11,3	164,4	ТТК№52,528/ 3/1994
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	180/3	5,2	7,8	38,3	234,6	ТТК№58, 14/2005
	АК Чай с сахаром	200	0,3	0	15,2	60	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	2,2	0,8	31,8	68	ТТК№54
Итого		769	23,3	23,3	109,8	677	
Вторник 20.01.2026							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б	200	6,6	5,4	16,2	166	139/2004
	Жаркое "Сюрприз"	55/190	16,4	17,7	36,4	343	ТТК№30
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,6	0	19,1	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		703	27,7	23,7	100,5	718	
Среда 21.01.2026							
Обед	Борщ с капустой, картофелем на к/б, фрикадельки мясные	200/20	7,2	5,6	21,4	136	110/2004 112/2004
	Котлета "Улыбка"	100 (70/30)	10	9,9	5,4	184	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные	150	5,3	10,2	42,6	264	469/1994
	АК Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
Итого		710	25	26,1	100,5	712	
Четверг 22.01.2026							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	200/20	6,7	6,9	19,6	129	124/2004 Т- 17/1994
	Крокеты рыбные	90	10,6	10,1	11,9	176	ТТК№60
	Рис отварной, масло сливочное	180/6	4,5	10,8	48,6	349	465/1994
	Компот яблочный	200	0,9	0	15	75	ТТК №68
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
Итого		729	24,9	28,2	111	797	
Пятница 23.01.2026							
Обед	Солянка "Школьная"	200/20	9	8,3	15,3	132	ТТК№70
	Макароны запеченные с сыром	240	13	15	60	460	ТТК№226
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,6	0	19,1	80	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
Итого		893	25	23,7	125,3	798	

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

Согласовано
Директор Школы №



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			Энергетиче- ская ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 19.01.2026							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	6,9	8,6	21,9	200	133/2004, Т1/3/1994
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	100 (50/50)	10	8,2	11,3	164,4	ТТК№52, 528/3/1994
	Каша гречневая вязкая	180	6	11,6	26,8	228	ТТК№58
	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		815	27,3	29	104	781,4	
Вторник 20.01.2026							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б	250	9,4	9,5	29,1	218	139/2004
	Жаркое "Сюрприз"	55/205	17,7	18,7	33,9	370	ТТК№30
	АК Напиток Ягодный	200	0,3	0	17,2	71	ТТК№64
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,4	0,8	31,8	136	ТТК№54
Итого		801	33,7	29,2	124,9	856	
Среда 21.01.2026							
Обед	Борщ с капустой, картофелем, фрикадельки мясные	250/20	8,9	6,4	26,2	185	110/2004 112/2004
	Котлета "Улыбка"	100 (70/30)	10	9,9	5,4	184	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные	180	6,4	7,4	42,3	265	469/1994
	АК 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		808	29,6	24,3	117,7	821	
Четверг 22.01.2026							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	250/20	7,2	6,7	21,4	152	124/2004 Т- 17/1994
	Крокеты рыбные	100	13,4	11,6	13,2	213	ТТК№60
	Рис отварной	180	4,54	7,2	43,7	236	465/1994
	АК Компот яблочный	200	0,3	0,14	19,5	82	ТТК№ 68
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,4	0,8	31,8	136	ТТК№54
	Итого		816	29,84	26,44	129,6	819
Пятница 23.01.2026							
Обед	Солянка "Школьная"	250/20	11	10,1	21,8	172	ТТК№70
	Птица запеченная (бедро)	90	7,5	6,3	0,23	215,4	ТТК№32,1
	Каша гречневая вязкая	190	5,6	7	41,8	184,6	ТТК№58
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	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		808	28,4	24	107,63	759	

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



Обед от 12 лет и старше за родительскую плату

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич еская ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 19.01.2026							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	6,9	8,6	21,9	200	133/2004, Т1/3/1994
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	100 (50/50)	10	8,2	11,3	164,4	ТТК№52, 528/3/1994
	Каша гречневая вязкая	180	6	11,6	26,8	228	ТТК№58
	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		815	27,3	29	104	781,4	
Вторник 20.01.2026							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б	250	9,4	9,5	29,1	218	139/2004
	Жаркое "Сюрприз"	55/205	17,7	18,7	33,9	370	ТТК№30
	АК Напиток Ягодный	200	0,3	0	17,2	71	ТТК№64
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,4	0,8	31,8	136	ТТК№54
Итого		801	33,7	29,2	124,9	856	
Среда 21.01.2026							
Обед	Борщ с капустой, картофелем, фрикадельки мясные	250/20	8,9	6,4	26,2	185	110/2004 112/2004
	Котлета "Улыбка"	100 (70/30)	10	9,9	5,4	184	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные	180	6,4	7,4	42,3	265	469/1994
	АК 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		808	29,6	24,3	117,7	821	
Четверг 22.01.2026							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	250/20	7,2	6,7	21,4	152	124/2004 Т-17/1994
	Крокеты рыбные	100	13,4	11,6	13,2	213	ТТК№60
	Рис отварной	180	4,54	7,2	43,7	236	465/1994
	АК Компот яблочный	200	0,3	0,14	19,5	82	ТТК№ 68
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,4	0,8	31,8	136	ТТК№54
Итого		816	29,84	26,44	129,6	819	
Пятница 23.01.2026							
Обед	Солянка "Школьная"	250/20	11	10,1	21,8	172	ТТК№70
	Птица запеченная (бедро)	90	7,5	6,3	0,23	215,4	ТТК№32,1
	Каша гречневая вязкая	190	5,6	7	41,8	184,6	ТТК№58
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	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		808	28,4	24	107,63	759	

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

Согласовано
Директор Школы №1



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			Энергетич еская ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 19.01.2026							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	6,9	8,6	21,9	200	133/2004 Т1/3/1994
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	100 (50/50)	10	8,2	11,3	164,4	ТТК№52, 528/3/1994
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	180/9	5,4	10,2	24	236	ТТК№58 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
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
Итого		824	26,7	27,6	101,2	789,4	
Вторник 20.01.2026							
Обед	Суп картофельный с бобовыми, говядина отварная	250/10	9,4	9,5	29,1	218	139/2004 Т8-1996
	Жаркое "Сюрприз"	55/205	17,7	18,7	33,9	370	ТТК№30
	АК Напиток Ягодный	200	0,3	0	17,2	71	ТТК№64
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,4	0,8	26,8	136	ТТК№54
Итого		811	33,7	29,2	119,9	856	
Среда 21.01.2026							
Обед	Борщ с капустой, картофелем на к/б, фрикадельки мясные	250/20	8,9	6,4	26,2	185	110/2004 112/2004
	Котлета "Улыбка"	100 (70/30)	10	9,9	5,4	184	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные	180	6,3	10,6	42,3	267,3	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		815	29,6	27,5	117,9	825,3	
Четверг 22.01.2026							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	250/20	7,2	6,7	21,4	152	124/2004 Т-17/1994
	Крокеты рыбные	100	13,4	11,6	13,2	213	ТТК№60
	Рис отварной, масло сливочное	200/7	4,5	9,6	49,2	302,7	465/1994 14/2005
	АК Компот яблочный	200	0,3	0,14	19,5	82	ТТК№68
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,4	0,8	31,8	136	ТТК№54
Итого		843	29,8	28,84	135,1	885,7	
Пятница 23.01.2026							
Обед	Солянка "Школьная"	250/20	11	10,1	21,8	172	ТТК№70
	Птица запеченная (бедро)	90	7,5	6,3	0,23	215,4	ТТК№32,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	210/3	5,3	6,7	62	303	ТТК№58
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
Итого		806	26,2	23,5	114,9	816,4	

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



Полдник ГПД

Прием-пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 19.01.2026							
Полдник	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	1,4	0,3	12,2	65	ТН
Итого		350	1,4	0,3	12,2	65	
Вторник 20.01.2026							
Полдник	Ватрушка с картофелем и сыром	100	11,3	11,3	23,5	269	ТТК№57
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
Итого:		300	11,5	11,3	33,7	349	
Среда 21.01.2026							
Полдник	Пирожное Турбинка	100	6,4	20,3	45,2	420	ТТК№6
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
Итого		307	6,7	20,3	60,4	480	
Четверг 22.01.2026							
Полдник	Пирожки печеные с повидлом	100	4,5	1,6	44,2	208	687/1994
	Напиток Ягодный	200	0,6	0	24,8	97	ТТК№64
Итого		300	5,1	1,6	69	305	
Пятница 23.01.2026							
Полдник	Булочка Волжская	100	7,6	8,1	62,9	319	ТТК№2
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
Итого		300	7,8	8,1	73,1	399	

*Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося составляет 35 рублей

Согласовано
Директор Школы №1

Утверждаю
Директор МАУ "Центр детского
здорового питания"

Обед от 7 до 12 лет вторая смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 19.01.2026							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	200/20	7,8	9	28,2	239	133/2004, Т1/3/1994
	Сосиска отварная	100	9,5	8,3	0,2	196	ТТК№100,1
	Макаронные изделия отварные	150	5,3	7,5	41	142	469/1994
	АК Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
Итого		710	25,1	25,2	100,5	705	
Вторник 20.01.2026							
Обед	Суп картофельный с бобовыми, говядина отварная	200/20	8,7	7,7	43,6	220	139/2004 Т8-1996
	Котлета мясная	100	10,2	9,3	14,7	234	ТТК№63
	Рис отварной, масло сливочное	150/3	3,6	6,3	13,5	102	465/1994 14/2005
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	12,8	81	ТТК№46
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
Итого		706	25,1	23,7	100,5	705	
Среда 21.01.2026							
Обед	Борщ с капустой, картофелем на к/б, фрикадельки мясные	200/20	7,2	10,6	23	235	110/2004 112/2004
	Котлета "Улыбка"	100 (70/30)	10	9,9	5,4	200	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные	150	5,3	6	41	142	469/1994
	АК Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
Итого		710	25	26,9	100,5	705	
Четверг 22.01.2026							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на к/б, цыпленок отварной	200/20	7,7	8,3	23,7	166,5	124/2004 Т-17/1994
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	100 (50/50)	10	8,2	11,3	164	ТТК№52, 528/3/1994
	Картофельное пюре	150	3,2	6,6	21,7	187,5	472/1994
	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		728	25,2	23,7	100,5	705	
Пятница 23.01.2026							
Обед	Солянка "Школьная"	200/20	6,5	9,6	35,3	214,5	ТТК№70
	Макароны запеченные с сыром	180	9,82	7,5	44,09	284,04	ТТК№226
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
Итого		700	18,72	17,5	110,29	624,54	

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