



Согласовано:
Директор Школы №1 названа имени

Муниципальное
образовательное
учреждение
Сергия Радонежского
г. Йошкар-Олы



Утверждаю
Директор МАУЦ Центра детского
здорового питания
И.Г. Хакимов

Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 11.12.2023							
Завтрак	Сосиска отварная	2/50	10,5	17	0,2	197	ТТК № 100.1
	Каша гречневая вязкая	160	4,8	2,6	23,8	140	ТТК № 58
	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
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Бутерброд с сыром	5/20/25	6,7	5,9	10,2	120	3./1997
	Фрукты: яблоко свежее	150	0,6	0	18,9	78	338/2005
Итого за завтрак		718	27,1	26,1	97,9	726	
Вторник 12.12.2023							
Завтрак	Гарнировка: икра морковная	60	1,3	4,5	6	73	78/2004
	Биточки Школьные	50	8,3	8,7	8,2	155	ТТК № 10
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	150	5,6	6,5	37,5	218	469/1994
	АК Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок	200	0,25	0	25,1	99	ТТК № 28.1
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Конфета Марсианка - 1шт	11	0,2	1,5	7	41	ТН
Итого за завтрак		579	21,1	23,3	117,4	751	
Среда 13.12.2023							
Завтрак	Сырники Классические	135	19,2	10,9	20,32	256	ТТК №99.1
	Подлива сладкая	50	0,1	0	15	50	ТТК №25
	АК Компот из изюма	200	0,4	0	27,3	127	638/2004
	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 завтрак		618	28,1	17,7	88,92	625	
Четверг 14.12.2023							
Завтрак	Гарнировка: Икра свекольная	60	1,56	4,44	8,97	82	78/2004
	Крокеты Детские	40	6,9	6,4	2,3	87	ТТК №52
	Соус основной красный	60	1,3	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	150	5,1	6,5	37,52	248	469/1994
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Бутерброд с повидлом	20/5/25	1,7	4,3	23,5	134	2/2004
Итого за завтрак		593	19,4	23,8	112,6	742	
Пятница 15.12.2023							
Завтрак	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	160	3,51	7,48	24,2	181	472/1994
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
	Конфета Марсианка - 1шт	11	0,2	1,5	7	41	ТН
	Итого за завтрак		703	26,1	31,1	76,54	684

* Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося для школьников категории от 7 до 12 лет составляет 94 рубля.



Согласовано:
Директор Школы №



Утверждено:
Директор МАУ «Центр детского
здорового питания»
Р.Е.Халимов

**Завтрак от 12 лет и
старше-многолетние,
родительская плата, ОВЗ**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 11.12.2023							
Завтрак	Бифштекс рубленый Детский тушеный	40	8,8	6,3	6,8	104	ТТК № 47
	Соус основной красный	60	1,38	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Каша гречневая вязкая	190	5,7	2,8	26,1	166	ТТК № 58
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	144	ТТК № 57
Итого за завтрак		556	12,1	5,4	79,5	406	
Вторник 12.12.2023							
Завтрак	Котлета по-хлыновски	50	8	10	2,2	130	454/2004
	Соус основной красный	50	0,9	1,4	3,6	30	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	200	7,5	8,7	50,2	312	469/1994
	АК Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок	200	0,25	0	25,1	99	ТТК № 28.1
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		550	20,5	20,5	106,9	693	
Среда 13.12.2023							
Завтрак	Котлеты Домашние	60	7,4	8,2	11,5	151	271/2/2005
	Соус основной красный	40	0,9	1,2	3	25	528/3/1994
	Картофельное пюре	200	4,4	9,3	30,4	227	472/1994
	АК Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК № 1
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за завтрак		558	17,3	19,3	102,7	656	
Четверг 14.12.2023							
Завтрак	Котлета Куриная запеченные	50	8,3	8	20,5	170	ТТК № 48
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Рис отварной	200	4,3	7,5	48,8	268	465/1994
	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
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за завтрак		558	18,3	17,6	117,9	661	
Пятница 15.12.2023							
Завтрак	Биточки Школьные	50	8,3	8,7	8,2	155	ТТК № 10
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Картофельное пюре	180	3,9	8,4	27,4	205	472/1994
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	18,9	144	ТТК № 57
Итого за завтрак		553	18,5	19,4	73,54	596	

* Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося для школьников категории от 7 до 12 лет составляет 70 рублей.



Согласовано: _____
 Директор Школы № _____



Утверждаю
 Директор МАУ «Центра детского
 здорового питания»

 Т. Хакимов

**Усиленный завтрак
 (ВАРИАНТ) ***

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 11.12.2023							
Завтрак	Сосиска отварная	2/50	10,5	17	0,2	197	ТТК № 100.1
	Рис отварной	180	3,9	6,9	44	244	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
	Батончик Супер	40	0,8	6,4	5,84	176	ТН
Итого за завтрак		550	17,9	30,7	82,1	749	
Вторник 12.12.2023							
Завтрак	Котлета Куриная запеченные	50	8,3	8	20,5	170	ТТК №48
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Картофельное пюре	200	4,3	8,9	29	226	472/1994
	АК Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок	200	0,25	0	25,1	99	ТТК №28.1
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Батончик Бон тайм	20	0,5	2,8	15,8	90	ТН
Итого за завтрак		553	16,9	21,6	111	689	
Среда 13.12.2023							
Завтрак	Котлеты Домашние	60	7,4	8,2	11,5	151	271/2/2005
	Соус основной красный	40	0,9	1,2	3	25	528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	190	10,9	10,9	50,8	239	463/1994
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Батончик Импульс	16	2	7	17,1	140	ТН
Итого за завтрак		564	25,9	27,9	131	769	
Четверг 14.12.2023							
Завтрак	Биточки Школьные	50	8,3	8,7	8,2	155	ТТК № 10
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Картофельное пюре	160	3,51	7,48	24,2	181	472/1994
	Чай с молоком	150/50/15	1,6	1,6	17,3	87	630/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Вафли "Аппетитки"	50	2	29	63	265	ТТК № 58
	Итого за завтрак		550	18,5	48,5	129	781
Пятница 15.12.2023							
Завтрак	Сырники Классические	135	19,2	10,9	20,3	256	ТТК №99,1
	Подлива сладкая	50	0,1	0	15	50	ТТК №25
	АК Компот из свежих яблок	200	0,2	0	37,6	106	585/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Фрукты: яблоко свежее	150	0,6	0	18,9	78	338/2005
Итого за завтрак		560	2,8	0,2	84,4	295	

* Стоимость 1 комплекса усиленного завтрака на одного учащегося для школьников категории от 12 лет и старше составляет 85 рублей.



Согласовано
Директор Школы №



Утверждаю:
Директор МАУ "Центр детского
здоровья "Интания"
Р.Т.Хакимов

**Обед от 7 до 12 лет за
родительскую плату**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 11.12.2023							
Обед	Суп крестьянский с крупой на костном бульоне	200	9,2	5,9	10,4	163	134/2004
	Котлета Куриная запеченные	50	8,3	8	20,5	170	ТТК №48
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Рис отварной	150	3,3	5,8	37	204	465/1994
	Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого		708	26,6	21,8	130	822	
Вторник 12.12.2023							
Обед	Борщ Сибирский с цыпленком отварным	200/20	15,1	4,8	14,8	167	113/1994,17/1994
	Крокеты Детские	40	6,9	6,4	2,3	87	ТТК№52
	Соус основной красный	60	1,3	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Картофельное пюре	150	3,32	7,06	22,9	171	472/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
Итого		728	31,1	20,7	89,4	654	
Среда 13.12.2023							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне	200	3,6	3,5	8,4	140	124/2004
	Тефтели из мята тушеные	40	10,7	0,6	11,9	95	ТТК № 102.0
	Соус основной красный	60	1,3	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	170	6,4	7,4	42,7	248	469/1994
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
			703	24,8	13,7	103	674
Итого							
Четверг 14.12.2023							
Обед	Суп картофельный с бобовыми и цыпленком отварным	200/20	18,1	6,6	23,5	225	139/2004,17/1994
	Котлеты Домашние	60	7,4	8,2	11,5	151	271/2/2005
	Соус основной красный	40	0,9	1,2	3	25	528/3/1994
	Рис отварной	150	3,3	5,8	37	204	465/1994
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
Итого		735	34,3	22,4	120	798	
Пятница 15.12.2023							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	200/20	5,8	4	19,8	134	Т1/3/1994
	Котлета по-хлыновски	50	8	10	2,2	130	454/2004
	Соус основной красный	50	0,9	1,4	3,6	30	528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,4	9,4	44,3	295	463/1994
	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	37,6	106	585/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
Итого		728	28,6	25,4	137	828	

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

Согласовано:
 Директор Школы №



Утверждаю:
 Директор МАУ «Центр детского
 здорового питания»
 Р.Т. Хакимов

**Обед от 12 лет и старше за
 родительскую плату**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 11.12.2023							
Обед	Суп крестьянский с крупой на костном бульоне	250	11,5	7,08	12,4	195	134/2004
	Котлета Куриная запеченные	50	8,3	8	20,5	170	ТТК №48
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Рис отварной	200	4,3	7,5	48,8	268	465/1994
	Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого		808	29,9	24,7	143	918	
Вторник 12.12.2023							
Обед	Борщ Сибирский с цыпленком отварным	250/20	17	5,9	17,7	198	113/1994,17/1994
	Крокеты Детские	40	6,9	6,4	2,3	87	ТТК№52
	Соус основной красный	60	1,3	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Картофельное пюре	180	3,9	8,4	27,4	205	472/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
Итого		808	33,6	23,1	96,8	719	
Среда 13.12.2023							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне	250	4,5	4,3	10,2	175	124/2004
	Тефтели из мятая тушеные	40	10,7	0,6	11,9	95	ТТК № 102.0
	Соус основной красный	60	1,3	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	200	7,04	8,1	46,9	272	469/1994
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого		808	28,2	15,4	122	794	
Четверг 14.12.2023							
Обед	Суп картофельный с бобовыми и цыпленком отварным	250/20	21	8,3	28,9	273	139/2004,17/1994
	Котлеты Домашние	60	7,4	8,2	11,5	151	271/2/2005
	Соус основной красный	40	0,9	1,2	3	25	528/3/1994
	Рис отварной	180	3,9	6,9	44,4	244	465/1994
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
Итого		815	37,8	25,2	133	886	
Пятница 15.12.2023							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	6,9	4,8	23,7	160	Т1/3/1994
	Котлета по-хлыновски	50	8	10	2,2	130	454/2004
	Соус основной красный	50	0,9	1,4	3,6	30	528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	180	11,4	11,4	53,4	356	463/1994
	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	37,6	106	585/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	144	ТТК № 57
Итого		806	32,2	28,4	154	926	

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

Согласовано:

Директор Школы №



Директор МАУ



Утверждаю:

«Центр детского здорового питания»

Р.Г. Хакимов

Полдник *

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 11.12.2023							
Полдник	Пирожок с повидлом	100	4,3	4,4	23,7	173	ТТК № 34
	Компот из изюма	200	0,4	0	27,3	107	638/2004
Итого за полдник		300	4,7	4,4	51	280	
Вторник 12.12.2023							
Полдник	Корж молочный	100	6,3	11	64,3	383	102/1999
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
Итого за полдник		307	6,6	11	79,5	443	
Среда 13.12.2023							
Полдник	Плюшка	100	8,1	11,2	66,5	280	ТТК № 14
	Чай с молоком	150/50/15	1,6	1,6	17,3	87	630/3/1994
Итого за полдник		315	9,7	12,8	83,8	367	
Четверг 14.12.2023							
Полдник	Пирожное песочное с вареным сгущенным молоком	100	6,2	23,6	38,8	446	ТТК № 9
	Напиток из кураги	200	1,1	0	31,5	125	638/2004
Итого за полдник		300	7,3	23,6	70,3	571	
Пятница 15.12.2023							
Полдник	Ватрушка с картофелем и сыром	100	11,3	11,3	23,5	269	ТТК №57
	Какао с молоком	200	4,9	5	32,5	190	693/2004
Итого за полдник		300	16,2	16,3	56	459	

* Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося школы составляет 35 рублей.