



Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 25.12.2023							
Завтрак	Сосиска отварная	2/50	11	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
	Батончик Чيو Рио	30	1,1	9	17,4	156	ТН
Итого за завтрак		598	28	35	96,4	804	
Вторник 26.12.2023							
Завтрак	Голень отварная	90	16	12	0,3	174	ТТК № 100.1
	Макаронные изделия отварные	150	5,6	6,5	37,5	218	469/1994
	АК Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок	200	0,3	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
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за завтрак		698	32	26	102	744	
Среда 27.12.2023							
Завтрак	Сырники Классические	135	19	11	20,3	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	18	88,9	625	
Четверг 28.12.2023							
Завтрак	Гарнировка: Горошек консервированный	60	1,8	0	4,9	22	ТТК № 40
	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	37,5	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
	Батончик Импульс	16	2	7	17,1	140	ТН
Итого за завтрак		609	22	26	126	822	
Пятница 29.12.2023							
Завтрак	Гарнировка: кукуруза консервированная	60	1,2	0	3,6	36	ТТК № 41
	Котлета Куриная запеченные	50	8,3	8	20,5	170	ТТК № 48
	Соус основной красный	50	1,2	1,5	3,84	32	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
	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		753	22	23	109	724	

* Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося для школьников категории от 7 до 12 лет составляет 100 рублей.



Согласовано:
Директор Школы №



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

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 25.12.2023							
Завтрак	Бифштекс рубленый Детский тушеный	40	8,8	6,3	6,8	104	ТТК № 47
	Соус основной красный	60	1,4	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	21	12	86,3	510	
Вторник 26.12.2023							
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	0,3	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	21	107	693	
Среда 27.12.2023							
Завтрак	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	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	18	95,1	605	
Четверг 28.12.2023							
Завтрак	Бифштекс рубленый Детский тушеный	40	8,8	6,3	6,8	104	ТТК № 47
	Соус основной красный	60	1,4	1,8	4,6	38	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	19	16	105	601	
Пятница 29.12.2023							
Завтрак	Котлета Куриная запеченные	50	8,3	8	20,5	170	ТТК № 48
	Соус основной красный	50	1,2	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	19	85,8	611	

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

Согласовано:
Директор Школы №



Утверждено:
Директор МАУ «Центр детского
здорового питания»
Р.Т.Максимов



**Усиленный завтрак
(ВАРИАНТ) ***

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 25.12.2023							
Завтрак	Сосиска отварная	2/50	11	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	60	629/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	17	72	ТТК № 57
	Батончик Супер	40	0,8	6,4	5,8	176	ТН
Итого за завтрак		550	18	31	82	749	
Вторник 26.12.2023							
Завтрак	Биточки Школьные	50	8,3	8,7	8,2	155	ТТК № 10
	Соус основной красный	50	1,2	1,5	3,8	32	528/3/1994
	Картофельное пюре	200	4,3	8,9	29	226	472/1994
	АК Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок	200	0,3	0	25	99	ТТК № 28.1
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	17	72	ТТК № 57
	Батончик Бон тайм	20	0,5	2,8	16	90	ТН
Итого за завтрак		553	17	22	99	674	
Среда 27.12.2023							
Завтрак	Бифштекс рубленый Детский тушеный	40	8,8	6,3	6,8	104	ТТК № 47
	Соус основной красный	60	1,4	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	190	11	11	51	239	463/1994
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	19	81	ТТК № 46
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	17	72	ТТК № 57
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	13	61	ТТК № 57
	Батончик Импульс	16	2	7	17	140	ТН
Итого за завтрак		564	28	27	128	735	
Четверг 28.12.2023							
Завтрак	Котлета Куриная запеченные	50	8,3	8	21	170	ТТК № 48
	Соус основной красный	50	1,2	1,5	3,8	32	528/3/1994
	Картофельное пюре	160	3,5	7,5	24	181	472/1994
	Чай с молоком	150/50/1	1,6	1,6	17	87	630/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	13	61	ТТК № 57
	Вафли "Аппетитки"	50	2	29	63	265	ТТК № 58
	Итого за завтрак		550	18	48	142	796
Пятница 29.12.2023							
Завтрак	Сырники Классические	135	19	11	20	256	ТТК № 99.1
	Подлива сладкая	50	0,1	0	15	50	ТТК № 25
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	13	61	ТТК № 57
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за завтрак		610	27	18	73	545	

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



Согласовано
 Директор Школы № _____



Утверждено:
 Директор МКУ «Центр детского
 здорового питания»
 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 25.12.2023							
Обед	Суп крестьянский с крупой на костном бульоне	200	9,2	5,9	10	163	134/2004
	Котлета Куриная запеченные	50	8,3	8	21	170	ТТК №48
	Соус основной красный	50	1,2	1,5	3,8	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	17	72	ТТК № 57
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	13	61	ТТК № 57
	Итого		708	27	22	130	822
Вторник 26.12.2023							
Обед	Борщ Сибирский с фрикадельками	200/20	9,9	5,7	15	155	113/1994, 112/2004
	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
	Картофельное пюре	150	3,3	7,1	23	171	472/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	13	61	ТТК № 57
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	17	72	ТТК № 57
	Итого		728	26	22	89	642
Среда 27.12.2023							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне	200	3,6	3,5	8,4	140	124/2004
	Тефтели из минтая тушеные	40	11	0,6	12	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	43	248	469/1994
	Чай с шиповником	200	0,4	0	19	81	ТТК № 46
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	17	72	ТТК № 57
	Итого		703	25	14	103	674
Четверг 28.12.2023							
Обед	Суп картофельный с бобовыми и фрикадельками	200/20	13	7,5	24	213	139/2004, 112/2004
	Котлета Куриная запеченные	50	8,3	8	21	170	ТТК №48
	Соус основной красный	50	1,2	1,5	3,8	32	528/3/1994
	Рис отварной	150	3,3	5,8	37	204	465/1994
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15	60	629/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	13	61	ТТК № 57
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	17	72	ТТК № 57
	Итого		735	30	23	130	812
Пятница 29.12.2023							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	200/20	5,8	4	20	134	Т1/3/1994
	Бифштекс рубленый Детский тушеный	40	8,8	6,3	6,8	104	ТТК № 47
	Соус основной красный	60	1,4	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,4	9,4	44	295	463/1994
	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	38	106	585/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	13	61	ТТК № 57
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	17	72	ТТК № 57
	Итого		728	30	22	143	810

* 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. Жакимов

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

Прием лица	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 25.12.2023							
Обед	Суп крестьянский с крупой на костном бульоне	250	12	7,1	12	195	134/2004
	Котлета Куринная запеченные	50	8,3	8	21	170	ТТК №48
	Соус основной красный	50	1,2	1,5	3,8	32	528/3/1994
	Рис отварной	200	4,3	7,5	49	268	465/1994
	Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	17	72	ТТК № 57
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	13	61	ТТК № 57
Итого		808	30	25	143	918	
Вторник 26.12.2023							
Обед	Борщ Сибирский с фрикадельками	250/20	12	6,8	18	186	113/1994, 112/2004
	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
	Картофельное пюре	180	3,9	8,4	27	205	472/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	13	61	ТТК № 57
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	17	72	ТТК № 57
Итого		808	28	24	97	707	
Среда 27.12.2023							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне	250	4,5	4,3	10	175	124/2004
	Тефтели из мяты тушеные	40	11	0,6	12	95	ТТК № 102.0
	Соус основной красный	60	1,3	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	200	7	8,1	47	272	469/1994
	Чай с шиповником	200	0,4	0	19	81	ТТК № 46
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	17	72	ТТК № 57
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	13	61	ТТК № 57
Итого		808	28	15	122	794	
Четверг 28.12.2023							
Обед	Суп картофельный с бобовыми и фрикадельками	250/20	16	9,2	29	261	139/2004, 112/2004
	Котлета Куринная запеченные	50	8,3	8	21	170	ТТК №48
	Соус основной красный	50	1,2	1,5	3,8	32	528/3/1994
	Рис отварной	180	3,9	6,9	44	244	465/1994
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15	60	629/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	13	61	ТТК № 57
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	17	72	ТТК № 57
Итого		815	34	26	143	900	
Пятница 15.12.2023							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	6,9	4,8	24	160	Т1/3/1994
	Бифштекс рубленый Детский тушеный	40	8,8	6,3	6,8	104	ТТК № 47
	Соус основной красный	60	1,4	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	180	11	11	53	356	463/1994
	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	38	106	585/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	34	144	ТТК № 57
Итого		806	33	25	160	908	

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

Согласовано:
Директор Школы №



Директор МАУ "Центр детского здорового



Полдник *

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 25.12.2023							
Пслдник	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 пслдник		300	4,7	4,4	51	280	
Вторник 26.12.2023							
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 27.12.2023							
Полдник	Плошка	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 28.12.2023							
Полдник	Пирожок с капустой и яйцом	100	5,3	3,4	30	174	687/1994
	Напиток из кураги	200	1,1	0	31,5	125	638/2004
Итого за полдник		300	6,4	3,4	61,5	299	
Пятница 29.12.2023							
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.

Согласовано:
Директор Муниципального



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



**Полдник от 12 и старше
- ОВЗ**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Б	Ж	У		
Понедельник 25.12.2023							
Полдник	Суп крестьянский с крупой на костном	250	11,5	7,08	12,4	195	134/2004
	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
Итого за полдник		482	13,7	7,28	40,5	316	
Вторник 26.12.2023							
Полдник	Борщ Сибирский на костном бульоне	250	9,5	5,7	17,6	166	113/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за полдник		495	11,6	5,9	45,5	285	
Среда 27.12.2023							
Полдник	Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне	250	4,5	4,3	10,2	175	124/2004
	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
Итого за полдник		533	2,2	0,2	28,1	121	
Четверг 28.12.2023							
Полдник	Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне	250	12,2	6,85	28,4	248	139/2004
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за полдник		475	14,3	7,05	56,3	367	
Пятница 29.12.2023							
Полдник	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	6,9	4,8	23,7	160	Т1/3/1994
	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
Итого за полдник		502	9,1	5	51,8	281	

* Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося школы составляет 12 рублей