

Согласовано:
Директор Школы №



Заставаю:
Директор ЦА «Центр детского
здорового питания»
Р. К. Касимов

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 06.05.2024						
Обед	Суп картофельный с макарон.изделиями и фрикадельками	250/20	25,4	4,8	22,2	236	140/2004, 112/2004
	Котлета Куриная запеченная	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	180	4	6,8	42,6	252	465/1994
	АК Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	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	43,45	21,7	146,9	943	
	Вторник 07.05.2024						
Обед	Рассольник ленинградский на костном бульоне	250	5,1	5,2	20	250	132/2004;
	Котлета рыбная из минтая	50	10,1	5,4	8,3	119	2/324
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Картофельное пюре	200	4,2	9,2	30	224	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	25,05	21,9	106,9	816	
	Среда 08.05.2024						
Обед	Борщ с капустой,картофелем и фрикадельками	250/20	14,2	6,9	13,5	261	110/2004,112/2004
	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 вязкая	180	5,3	2,9	26,6	156	ТТК № 58
	Кисель яблочный	200	0,1	0	27	107	ТТК №429
	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	32,8	21,8	102,7	817	

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



Составлено:
 Директор Школы № 19



Утверждаю:
 Директор МАУ «Центр детского
 здоровья и питания»
 Р.С. Шакимов

Обед от 12 лет и - СВО, многодетные, ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 06.05.2024							
Обед	Суп картофельный с макарон.изделиями и фрикадельками	250/20	25,4	4,8	22,2	236	140/2004,112/2004
	Котлета Куриная запеченная	50	8,3	8	20,5	170	ТТК №48
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Масло сливочное	10	0,1	8,2	0,1	75	14/2005
	Рис отварной	180	4	6,8	42,6	252	465/1994
	Напиток из плодов шиповника	200	0,8	0	30	119	705/2004
	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		818	44,05	29,9	149	1017	
Вторник 07.05.2024							
Обед	Гарнировка: Икра свекольная	100	2,5	7,1	14,8	136	78/2004
	Рассольник ленинградский на костном бульоне	250	5,1	5,2	20	250	132/2004;
	Котлета рыбная из минтая	50	10,1	5,4	8,3	119	2/324
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Картофельное пюре	200	4,2	9,2	30	224	472/1994
	Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	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		1083	31,75	35,2	131,2	1073	
Среда 08.05.2024							
Обед	Борщ с капустой,картофелем и фрикадельками	250/20	14,2	6,9	13,5	261	110/2004,112/2004
	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 вязкая	180	5,3	2,9	26,6	156	ТТК № 58
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	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		925	31,1	21,4	92,7	774

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

Согласовано:
Директор Школы №



Утверждено:
Директор МАУ "Центра детского
здорового питания"
И.И. Жакимов

**Завтрак от 12 лет и
старше - родительская
плата**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 06.05.2024						
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 рассыпчатая	200	11,3	11,3	56	340	463/1994
	АК 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 завтрак		558	23,6	19,6	95,3	601	
	Вторник 07.05.2024						
Завтрак	Котлета Куриная запеченная	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	180	4,3	7,3	45,7	270	465/1994
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	122	ТТК № 57
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за завтрак		571	20,9	17,8	135,5	736	
	Среда 08.05.2024						
Завтрак	Котлета по-хлыновски	50	8,1	10,2	2,3	132	454/2004
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные с овощами	180	6,8	0,5	36,69	281	ТТК № 6.4
	АК Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	122	ТТК № 57
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за завтрак		571	23,1	13,2	117,5	748	

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

Согласовано:

Директор Школы № 19

«Средняя общеобразовательная школа № 19 г. Йошкар-Олы»



Директор Центра «Национального центра здорового питания»

Р. Хакимов



Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 06.05.2024						
Завтрак	Гарнировка: кукуруза консервированная	60	1,9	0	4,9	59	ТТК№41
	Сосиска отварная	2/50	9,5	13	22	197	ТТК № 100.1
	Каша гречневая вязкая	150	3	2,4	12	150	ТТК № 58
	Масло сливочное	10	0,1	8,2	0,1	75	14/2005
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		570	18,5	24	79,8	661	
	Вторник 07.05.2024						
Завтрак	Гарнировка: Икра свекольная	60	1,56	2,2	8,97	82	78/2004
	Котлеты Домашние	60	4,8	8,2	11,5	151	271/2/2005
	Соус основной красный	40	0,9	1,2	3	25	528/3/1994
	Рис отварной	160	2,65	6,1	15	225	465/1994
	АК Кисель яблочный	200	0,1	0	27	107	ТТК №429
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за завтрак		752	17,9	24,3	87,77	771	
	Среда 08.05.2024						
Завтрак	Подкоголи с картофелем	200	7	6,2	26,3	253	ТТК№ 99.2
	АК Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Сыр порционно	10	2,52	3,95	0	36	ТТК №15
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за завтрак		503	18,2	17	80,6	601	

* Стоимость 1 комплекса на одного учащегося школы составляет 63 рубля



**ОБЕД 7-12 лет
вторая смена**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 06.05.2024						
Обед	Суп картофельный с макарон.изделиями и фрикадельками	200/20	9	3	43,8	225	140/2004,112/2004
	Гарнировка: кукуруза консервированная	60	1,9	0	4,9	59	ТТК№41
	Сосиска отварная	2/50	9,5	13	22	197	ТТК № 100.1
	Каша гречневая вязкая	150	3	2,4	12	150	ТТК № 58
	АК 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 за обед		788	27,9	19	127,5	822	
	Вторник 07.05.2024						
Обед	Рассольник ленинградский на костном бульоне	200	4	1,8	10	189	132/2004;
	Гарнировка: Икра свекольная	60	1,56	2,2	8,97	82	78/2004
	Котлеты Домашние	60	4,8	8,2	11,5	151	271/2/2005
	Соуд основной красный	40	0,9	1,2	3	25	528/3/1994
	Рис отварной	160	2,65	6,1	15	225	465/1994
	АК Кисель яблочный	200	0,1	0	27	107	ТТК №429
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за обед		945	21,9	26,1	97,77	960	
	Среда 08.05.2024						
Обед	Борщ с капустой,картофелем и фрикадельками	200/20	10,6	12	26	206	110/2004,112/2004
	Подкоголи с картофелем	200	7	6,2	26,3	253	ТТК№ 99.2
	АК Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	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 обед		845	25,8	24,8	102,6	760	

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



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



**Полдник от 7 до 12 лет
 многодетные**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 06.05.2024						
Завтрак	Гарнировка: горошек консервированный	60	1,2	0	2,25	15	ТТК№40
	Макароны запеченные с сыром	180	9,82	7,5	44,09	284	ТТК №226
	Бутерброд с маслом	10/25	1,9	8,5	12,9	136	1/3/1997.
	Напиток клюквенный	200	0,1	0	24,9	97	700/2004
	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
	Молоко питьевое ультрапастеризованное,	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за		700	23,32	23	123,34	785	
	Вторник 07.05.2024						
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная	150	6,6	4,62	30,3	157	Т4/2004
	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
	Напиток из плодов шиповника	200	0,8	0	30	119	705/2004
	Бутерброд с повидлом	20/5/25	1,7	4,3	23,5	134	2004/2
	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		675	20,5	20,52	121,4	709	
	Среда 08.05.2024						
Завтрак	Сырники Классические	135	19,2	10,9	20,32	256	ТТК №99,1
	Подлива сладкая	50	0,1	0	15	50	ТТК №25
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	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 за		443	24	11,5	83,92	520	

* Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося школы составляет 75 рублей



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



**2 ЗАВТРАК от 7 до 12 лет
 многодетные**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 06.05.2024						
Завтрак	Гарнировка: горошек консервированный	60	1,2	0	2,25	15	ТТК№40
	Макароны запеченные с сыром	180	9,82	7,5	44,09	284	ТТК №226
	Бутерброд с маслом	10/25	1,9	8,5	12,9	136	1/3/1997.
	Напиток клюквенный	200	0,1	0	24,9	97	700/2004
	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
	Молоко питьевое ультрапастеризованное,	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за		700	23,32	23	123,34	785	
	Вторник 07.05.2024						
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная	150	6,6	4,62	30,3	157	Т4/2004
	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
	Напиток из плодов шиповника	200	0,8	0	30	119	705/2004
	Бутерброд с повидлом	20/5/25	1,7	4,3	23,5	134	2004/2
	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		675	20,5	20,52	121,4	709	
	Среда 08.05.2024						
Завтрак	Сырники Классические	135	19,2	10,9	20,32	256	ТТК №99,1
	Подлива сладкая	50	0,1	0	15	50	ТТК №25
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	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 за завтрак		443	24	11,5	83,92	520	

* Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося школы составляет 75 рублей



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

**Полдник от 7 до 12 лет -
 ОВЗ**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 06.05.2024							
Полдник	Каша жидкая молочная кукурузная	150	4,35	4,35	24,75	155	ТТК№231
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
Итого за полдник		375	6,55	4,55	65,65	336	
Вторник 07.05.2024							
Полдник	Каша из смеси круп "Дружба" со сливочным маслом	150	12,2	4,6	8,1	125	ТТК№345.24
	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		375	14,3	4,8	36	244	
Среда 08.05.2024							
Полдник	Каша жидкая молочная кукурузная	150	4,35	4,35	24,75	155	ТТК№231
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК.№ 57
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
Итого за полдник		375	6,45	4,55	52,65	274	

* Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося школы составляет 7 рублей



Согласовано:
 Директор Школы № 19

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



**2 ЗАВТРАК от 7 до 12 лет -
 ОВЗ**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 06.05.2024							
Завтрак	Гарнировка: горошек консервированный	60	1,2	0	2,25	15	ТТК№40
	Макаронь запеченные с сыром	180	9,82	7,5	44,09	284	ТТК №226
	Бутерброд с маслом	10/25	1,9	8,5	12,9	136	1/3/1997.
	Напиток клюквенный	200	0,1	0	24,9	97	700/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за завтрак		700	23,32	23	123,34	785	
Вторник 07.05.2024							
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная	150	6,6	4,62	30,3	157	Т4/2004
	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
	Напиток из плодов шиповника	200	0,8	0	30	119	705/2004
	Бутерброд с повидлом	20/5/25	1,7	4,3	23,5	134	2004/2
	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		675	20,5	20,52	121,4	709	
Среда 08.05.2024							
Завтрак	Сырники Классические	135	19,2	10,9	20,32	256	ТТК №99,1
	Подлива сладкая	50	0,1	0	15	50	ТТК №25
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	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 за завтрак		443	24	11,5	83,92	520	

* Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося школы составляет 75 рублей