



Согласовано
Заказчик



Директор МАУ "Центр детского питания"
Р. Т. Каримов

Завтрак 7-12 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---------------------------|---|------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| Вторник 13.06.2023 | | | | | | | |
| Завтрак | Котлета Куринная запаренные | 50 | 8,3 | 8 | 20,5 | 170 | ТТК №48 |
| | Соус основной красный | 50 | 1,15 | 1,5 | 3,84 | 32 | 528/3/1994 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 160 | 9,28 | 9,28 | 43,12 | 288 | 463/1994 |
| | 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 |
| | Кондитерские изделия в ассортименте | 20 | 0,5 | 2,8 | 15,8 | 90 | ТН |
| Итого за завтрак | | 538 | 15,43 | 14,18 | 107,56 | 771 | |
| Обед | Гарнировка: икра свекольная | 60 | 1,5 | 4,4 | 8,1 | 82 | 78/2004 |
| | Рассольник ленинградский на костном бульоне | 200 | 4,1 | 4,2 | 16 | 114 | 132/2004; |
| | Котлета рыбная из минтая | 70 | 12,1 | 7,2 | 11,6 | 156 | 388/2004 |
| | Соус основной красный | 30 | 0,69 | 0,9 | 2,3 | 19 | 528/3/1994 |
| | Картофельное пюре | 160 | 3,51 | 7,48 | 24,2 | 181 | 472/1994 |
| | 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 обед | | 770 | 24,45 | 20,18 | 105 | 773 | |
| Среда 14.06.2023 | | | | | | | |
| Завтрак | Манник | 150 | 7,8 | 17,55 | 69,3 | 444 | ТТК №5 |
| | Подлива сладкая | 25 | 0,048 | 0 | 7,5 | 25 | ТТК №25 |
| | Напиток из курага | 200 | 1,1 | 0 | 31,5 | 125 | 638/2004 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК № 57 |
| | Фрукты/яблоки свежие | 200 | 0,8 | 0 | 25,3 | 104 | 338/2005 |
| Итого за завтрак | | 608 | 12,148 | 17,95 | 150,5 | 770 | |
| Обед | Суп картофельный с макарон изделиями и цыпленком отварным | 200/20 | 21,2 | 4 | 18,5 | 197 | 140/2004,Т17/1994 |
| | Гуляш из филе цыпленка | 50/50 | 28 | 7 | 5,3 | 240 | ТТК №20 |
| | Рис отварной | 160 | 3,65 | 6,1 | 38,1 | 225 | 465/1994 |
| | Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,8 | 0 | 30 | 119 | 705/2004 |
| | Хлеб пшеничный | 2/25 | 3,8 | 0,4 | 25,8 | 122 | ТТК № 57 |
| Итого за обед | | 730 | 57,45 | 17,5 | 117,7 | 903 | |
| Четверг 15.06.2023 | | | | | | | |
| Завтрак | Бутерброд с повидлом | 20/5/25 | 1,7 | 4,3 | 23,5 | 134 | 2/2004 |
| | Каша рисовая молочная | 200 | 5,8 | 3,4 | 45,1 | 223 | ТТК № 65 |
| | АК Компот Южный | 200 | 0,3 | 0 | 28 | 120 | ТТК №1 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК № 57 |
| | Напиток фруктосодержащий в ассортименте | 200 | 6 | 6,4 | 9,4 | 120 | ТН |
| Итого за завтрак | | 683 | 16,2 | 14,5 | 122,9 | 669 | |
| Обед | Суп картофельный/рыбная консерва | 200/20 | 5,8 | 4 | 19,8 | 134 | Т1/3/1994 |
| | Котлета "Улыбка" | 50 | 6,72 | 5,5 | 3,9 | 92 | ТТК № 13 |
| | Соус основной красный | 50 | 1,15 | 1,5 | 3,84 | 32 | 528/3/1994 |
| | Картофельное пюре | 150 | 3,32 | 7,06 | 22,89 | 171 | 472/1994 |
| | Чай с лимоном | 200/7 | 0,3 | 0 | 15,2 | 60 | 629/1994 |
| | Хлеб пшеничный | 2/25 | 3,8 | 0,4 | 25,8 | 122 | ТТК № 57 |
| | Корж молочный | 75 | 4,7 | 8,2 | 48,2 | 287 | 102/1999 |
| Итого за обед | | 802 | 25,79 | 26,66 | 139,63 | 898 | |
| Пятница 16.06.2023 | | | | | | | |
| Завтрак | Сарделька по-таирски | 50 | 9,6 | 6,25 | 4,2 | 182 | ТТК№9 |
| | Соус основной красный | 50 | 1,15 | 1,5 | 3,84 | 32 | 528/3/1994 |
| | Макаронные изделия отварные | 170 | 6,4 | 7,4 | 42,7 | 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 |
| | Кондитерские изделия в ассортименте | 20 | 0,5 | 2,8 | 15,8 | 90 | ТН |
| Итого за завтрак | | 523 | 10,85 | 12,1 | 98,04 | 705 | |
| Обед | Борщ с капустой, картофелем на костном бульоне | 200 | 7,1 | 3,6 | 10,9 | 166 | 110/2004 |
| | 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 | 160 | 9,28 | 9,28 | 43,12 | 288 | 463/1994 |
| | 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 обед | | 718 | 31,06 | 21,58 | 110,22 | 787 | |

Согласовано:
Директор Школы №



Утверждаю:

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

Завтрак 12 лет и старше

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---------------------------|---|------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|--------------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| Четверг 01.06.2023 | | | | | | | |
| Завтрак | Плов по-домашнему с филе куриным | 50/150 | 23,8 | 14,9 | 40 | 349 | ТТК № 2/1 |
| | 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 |
| | Пирожное "Подсолнух" | 90 | 5,6 | 21,7 | 40,1 | 480 | ТТК № 8 |
| Итого за завтрак | | 556 | 34,4 | 37,4 | 128,9 | 1031 | |
| Обед | Суп картофельный с макарон. изделиями и цыпленком отварным | 250/20 | 25,8 | 4,8 | 22,5 | 240 | 140/2004, Т17/1994 |
| | Котлета рыбная из минтая | 70 | 12,1 | 7,2 | 11,6 | 156 | 388/2004 |
| | Соус основной красный | 30 | 0,69 | 0,9 | 2,3 | 19 | 528/3/1994 |
| | Картофельное пюре | 180 | 3,9 | 8,3 | 27,1 | 202 | 472/1994 |
| | Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок | 200 | 0,25 | 0 | 25,1 | 99 | ТТК № 28.1 |
| | 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 за обед | | 808 | 47 | 21,8 | 118,4 | 849 | |
| Пятница 02.06.2023 | | | | | | | |
| Завтрак | Манник | 150 | 7,8 | 17,6 | 69,3 | 444 | ТТК № 5 |
| | Подлива сладкая | 25 | 0,05 | 0 | 7,5 | 25 | ТТК № 25 |
| | 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 |
| | Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом | 200 | 6 | 6,4 | 9,4 | 120 | ТН |
| Итого за завтрак | | 607 | 16 | 24,2 | 114,3 | 710 | |
| Обед | Щи из свежей капусты с картофелем и фрикадельками | 250/20 | 10 | 6,8 | 10,4 | 142 | 124/2004; ТТК № 10 |
| | Котлета Куринная 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 | 180 | 4 | 6,8 | 42,6 | 252 | 465/1994 |
| | Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,8 | 0 | 30 | 119 | 705/2004 |
| | Хлеб пшеничный | 2/25 | 3,8 | 0,4 | 25,8 | 122 | ТТК № 57 |
| Итого за обед | | 800 | 28,1 | 23,5 | 133,1 | 837 | |

Согласовано:
Директор Школы №



Утверждено:
Директор МКУ «Центр детского дорожного движения»
г. Йошкар-Олы
Р.Т. Хайбулова



Завтрак 12 лет и старше

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------------|--|------------|------------------|-------------|---------------|-------------------------|--------------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| Понедельник 05.06.2023 | | | | | | | |
| Завтрак | Ябло парное | 40 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 | 324/1997 |
| | Бутерброд с помидом | 205/25 | 1,7 | 4,3 | 23,5 | 134 | 2/2004 |
| | Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная | 180 | 7,9 | 5,5 | 36,3 | 188 | 14/2004 |
| | АК Компот Южный | 200 | 0,3 | 0 | 28 | 120 | ТТК №1 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК № 57 |
| | Напиток фруктоосодержащий в ассортименте | 200 | 6 | 6,4 | 9,4 | 120 | ТН |
| Итого за завтрак | | 703 | 23,4 | 21,2 | 114,4 | 697 | |
| Обед | Щи со свежей капустой с картофелем и фрикадельками | 250/20 | 9,8 | 6,8 | 10,3 | 146 | 124/2004; ТТК№10 |
| | Котлета "Улыбка" | 50 | 6,72 | 5,5 | 3,9 | 92 | ТТК № 13 |
| | Соус основной красный | 50 | 1,15 | 1,5 | 3,84 | 32 | 528/3/1994 |
| | Картофельное пюре | 200 | 4,4 | 9,3 | 30,4 | 227 | 472/1994 |
| | Чай с лимоном | 200/7 | 0,3 | 0 | 15,2 | 60 | 629/1994 |
| | Хлеб пшеничный | 225 | 3,8 | 0,4 | 25,8 | 122 | ТТК № 57 |
| Итого за обед | | 827 | 26,17 | 23,5 | 89,44 | 679 | |
| Вторник 06.06.2023 | | | | | | | |
| Завтрак | Гарнировка: кукуруза консервированная | 100 | 1,9 | 0 | 5,9 | 39 | ТТК №41 |
| | Котлета по-хмельски | 70 | 11,3 | 14,2 | 3,2 | 184 | 454/2004 |
| | Соус основной красный | 30 | 0,6 | 0,9 | 2,3 | 19 | 528/3/1994 |
| | Макаронные изделия отварные | 180 | 6,1 | 7,1 | 36,6 | 247 | 469/1994 |
| | Чай с молоком | 200 | 1,6 | 1,6 | 17,3 | 87 | 630/3/1994 |
| | Хлеб пшеничный | 225 | 3,8 | 0,4 | 25,8 | 122 | ТТК № 57 |
| Итого за завтрак | | 630 | 23,4 | 24,2 | 85,2 | 718 | |
| Обед | Рассольник Ленинградский на костном бульоне | 250 | 5,1 | 4,2 | 16 | 114 | 132/2004 |
| | 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 | 11,6 | 11,6 | 53,9 | 360 | 463/1994 |
| | 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 обед | | 808 | 31,38 | 24,5 | 126,1 | 807 | |
| Среда 07.06.2023 | | | | | | | |
| Завтрак | Каша пшеничная молочная | 180 | 6,36 | 7,8 | 40,38 | 207 | ТТК № 64 |
| | Чай с лимоном | 200/7 | 0,3 | 0 | 15,2 | 60 | 629/1994 |
| | Напиток фруктоосодержащий в ассортименте | 200 | 6 | 6,4 | 9,4 | 120 | ТН |
| | Сочни с творогом | 75 | 9 | 12,8 | 32 | 255 | ТТК № 18 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61 | ТТК № 57 |
| Итого за завтрак | | 687 | 23,56 | 27,2 | 109,88 | 703 | |
| Обед | Борщ с картофелем, картофелем на костном бульоне | 250 | 8,8 | 4,5 | 13 | 207 | 110/2004 |
| | Шницель рубленый | 50 | 13 | 14 | 4 | 189 | 450/2004 |
| | Соус основной красный | 50 | 1,15 | 1,5 | 3,84 | 32 | 528/3/1994 |
| | Рис отварной | 200 | 4,4 | 7,4 | 47,5 | 279 | 463/1994 |
| | Напиток из юзаги | 200 | 1,1 | 0 | 31,5 | 125 | 638/2004 |
| | 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 обед | | 808 | 32,75 | 28 | 129,64 | 965 | |
| Четверг 08.06.2023 | | | | | | | |
| Завтрак | Каша пшеничная молочная | 180 | 5,2 | 7,9 | 40 | 202 | ТТК№62 |
| | Масло сливочное | 10 | 0,1 | 8,2 | 0,1 | 75 | 14/2005 |
| | 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 |
| | Напиток фруктоосодержащий в ассортименте | 200 | 6 | 6,4 | 9,4 | 120 | ТН |
| Итого за завтрак | | 623 | 8,75 | 15 | 51,5 | 568 | |
| Обед | Суп картофельный с фасолью и фрикадельками | 250/20 | 16 | 9,3 | 29,3 | 253 | 139/2004,112/2004 |
| | Котлета рубленая из фарса цыплят | 50 | 9,8 | 5,8 | 4,8 | 120 | 499/2004 |
| | Соус основной красный | 50 | 1,15 | 1,5 | 3,84 | 32 | 528/3/1994 |
| | Макаронные изделия отварные с овощами | 180 | 6,9 | 0,6 | 36,8 | 286 | ТТК № 6,4 |
| | Компот из свежих яблок | 200 | 0,2 | 0 | 37,6 | 106 | 585/1994 |
| | 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 обед | | 808 | 38,35 | 17,8 | 142,14 | 930 | |
| Пятница 09.06.2023 | | | | | | | |
| Завтрак | Гарнировка: горошек консервированный | 100 | 3,1 | 0 | 5,9 | 39 | ТТК №40 |
| | Птица отварная (бедра) | 90 | 16,2 | 5,1 | 0,6 | 204 | 487/2004 |
| | Рис отварной | 180 | 3,9 | 6,4 | 40,8 | 241 | 465/1994 |
| | Кнели яблочный | 200 | 0,1 | 0 | 27 | 107 | ТТК №429 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 2/33 | 4,8 | 0,8 | 33,8 | 144 | ТТК № 57 |
| Итого за завтрак | | 636 | 28,1 | 12,3 | 108,1 | 735 | |
| Обед | Суп картофельный с мякотью и фрикадельками | 250/20 | 26,5 | 5 | 23 | 197 | 140/2004, 117/1994 |
| | Котлета рыбная из минтая | 70 | 12,1 | 7,2 | 11,6 | 136 | 388/2004 |
| | Соус основной красный | 30 | 0,69 | 0,9 | 2,3 | 19 | 528/3/1994 |
| | Картофельное пюре | 180 | 3,9 | 8,3 | 27,1 | 202 | 472/1994 |
| | 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 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61 | ТТК № 57 |
| Итого за обед | | 815 | 47,79 | 22 | 109 | 767 | |

Согласовано:
Директор Школы №



Утверждаю:
Директор Центра детского
здорового питания
Р.Т.Хакимов

Завтрак 12 лет и старше

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | |
|---------------------------|---|------------|------------------|---------------|---------------|-------------------------|--------------------|--|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| Вторник 13.06.2023 | | | | | | | | |
| Завтрак | Котлета Куринная запеченные | 50 | 8,3 | 8 | 20,5 | 170 | ТТК №48 | |
| | Соус основной красный | 50 | 1,15 | 1,5 | 3,84 | 32 | 528/3/1994 | |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 10,3 | 10,4 | 48,5 | 324 | 463/1994 | |
| | 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 | |
| | Пирожное "Завиток" | 100 | 3,9 | 13,8 | 21,3 | 207 | ТТК № 4 | |
| Итого за завтрак | | 638 | 19,85 | 26,3 | 118,44 | 924 | | |
| Обед | Гарнировка: икра свекольная | 100 | 2,4 | 7,3 | 13,4 | 136 | 78/2004 | |
| | Рассольник ленинградский на костном бульоне | 250 | 5,2 | 5,2 | 20 | 142 | 132/2004 | |
| | Котлета рыбная из минтая | 70 | 12,1 | 7,2 | 11,6 | 156 | 388/2004 | |
| | Соус основной красный | 30 | 0,69 | 0,9 | 2,3 | 19 | 528/3/1994 | |
| | Картофельное пюре | 180 | 3,9 | 8,3 | 27,1 | 202 | 472/1994 | |
| | Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок | 200 | 0,25 | 0 | 25,1 | 99 | ТТК№28.1 | |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 2/33 | 4,8 | 0,8 | 33,8 | 144 | ТТК № 57 | |
| | Итого за обед | | 896 | 26,94 | 22,4 | 119,9 | 898 | |
| Среда 14.06.2023 | | | | | | | | |
| Завтрак | Манин | 150 | 7,8 | 17,55 | 69,3 | 444 | ТТК №5 | |
| | Подлива сладкая | 25 | 0,048 | 0 | 7,5 | 25 | ТТК №25 | |
| | Напиток из кураги | 200 | 1,1 | 0 | 31,5 | 125 | 638/2004 | |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК № 57 | |
| | Фрукты: яблоки свежие | 200 | 0,8 | 0 | 25,3 | 104 | 338/2005 | |
| | Итого за завтрак | | 608 | 12,148 | 17,95 | 150,5 | 770 | |
| Обед | Суп картофельный с макарон изделиями и цыпленком отварным | 250/20 | 26,5 | 5 | 23,1 | 246 | 140/2004, T17/1994 | |
| | Гуляш из филе цыпленка | 50/50 | 28 | 7 | 5,3 | 240 | ТТК №20 | |
| | Рис отварной | 180 | 4 | 6,8 | 42,6 | 252 | 465/1994 | |
| | Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,8 | 0 | 30 | 119 | 705/2004 | |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 2/33 | 4,8 | 0,8 | 33,8 | 144 | ТТК № 57 | |
| | Итого за обед | | 816 | 64,1 | 19,6 | 134,8 | 1001 | |
| | Четверг 15.06.2023 | | | | | | | |
| Завтрак | Бутерброд с повидлом | 20/5/25 | 1,7 | 4,3 | 23,5 | 134 | 2/2004 | |
| | Каша рисовая молочная | 200 | 5,8 | 3,4 | 45,1 | 223 | ТТК № 65 | |
| | АК Компот Южный | 200 | 0,3 | 0 | 28 | 120 | ТТК №1 | |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК № 57 | |
| | Напиток фруктосодержащий в ассортименте | 200 | 6 | 6,4 | 9,4 | 120 | ТН | |
| | Итого за завтрак | | 683 | 16,2 | 14,5 | 122,9 | 669 | |
| Обед | Суп картофельный/рыбная консерва | 250/20 | 7 | 5 | 24,1 | 167 | T1/3/1994 | |
| | Котлета "Улыбка" | 50 | 6,72 | 5,5 | 3,9 | 92 | ТТК № 13 | |
| | Соус основной красный | 50 | 1,15 | 1,5 | 3,84 | 32 | 528/3/1994 | |
| | Картофельное пюре | 180 | 3,9 | 8,6 | 27,9 | 208 | 472/1994 | |
| | Чай с лимоном | 200/7 | 0,3 | 0 | 15,2 | 60 | 629/1994 | |
| | Хлеб пшеничный | 2/25 | 3,8 | 0,4 | 25,8 | 122 | ТТК № 57 | |
| | Итого за обед | | 807 | 22,87 | 21 | 100,74 | 681 | |
| Пятница 16.06.2023 | | | | | | | | |
| Завтрак | Сарделька по-тирски | 50 | 9,6 | 6,25 | 4,2 | 182 | ТТК№9 | |
| | Соус основной красный | 50 | 1,15 | 1,5 | 3,84 | 32 | 528/3/1994 | |
| | Макаронные изделия отварные | 200 | 7,4 | 8,6 | 49,9 | 290 | 469/1994 | |
| | АК Чай с шиповником | 200 | 0,4 | 0 | 18,8 | 81 | ТТК № 46 | |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 2/33 | 4,8 | 0,8 | 33,8 | 144 | ТТК № 57 | |
| | Итого за завтрак | | 566 | 13,75 | 10,9 | 106,34 | 729 | |
| Обед | Борщ с капустой, картофелем на костном бульоне | 250 | 8,6 | 4,3 | 13,2 | 202 | 110/2004 | |
| | Бифштекс рубленый Детский тушенный | 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 | 190 | 10,8 | 10,8 | 50,6 | 338 | 463/1994 | |
| | 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 обед | | 806 | 34,58 | 24 | 124 | 884 | |

Согласовано:
Директор Школы №



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

Завтрак 12 лет и старше

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | |
|-------------------------------|---|------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|--------------------|--|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| Понедельник 19.06.2023 | | | | | | | | |
| Завтрак | Каша пшеничная молочная | 180 | 6,36 | 7,8 | 40,38 | 207 | ТТК № 64 | |
| | Чай с лимоном | 200/7 | 0,3 | 0 | 15,2 | 60 | 629/1994 | |
| | Напиток фруктосодержащий в ассортименте | 200 | 6 | 6,4 | 9,4 | 120 | ТН | |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61 | ТТК № 57 | |
| | Крендель в шоколаде | 65 | 5,6 | 18 | 21,6 | 294 | ТТК №12 | |
| Итого за завтрак | | 677 | 20,2 | 32,4 | 99,48 | 742 | | |
| Обед | Щи из свежей капусты с картофелем и фрикадельками | 250/20 | 10 | 6,8 | 10,4 | 138 | 124/2004; ТТК№10 | |
| | Шницель рубленый | 50 | 13 | 14 | 4 | 189 | 450/2004 | |
| | Соус основной красный | 50 | 1,15 | 1,5 | 3,84 | 32 | 528/3/1994 | |
| | Рис отварной | 200 | 4,5 | 7,6 | 47,6 | 281 | 465/1994 | |
| | Напиток из кураги | 200 | 1,1 | 0 | 31,5 | 125 | 638/2004 | |
| | 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 обед | | 828 | 34,1 | 30,5 | 127,1 | 898 | |
| Вторник 20.06.2023 | | | | | | | | |
| Завтрак | Каша пшеничная молочная | 180 | 5,2 | 7,9 | 40 | 202 | ТТК№62 | |
| | 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 | |
| | Напиток фруктосодержащий в ассортименте | 200 | 6 | 6,4 | 9,4 | 120 | ТН | |
| | Корж молочный | 100 | 4,8 | 8,5 | 48,4 | 288 | 102/1999 | |
| | Итого за завтрак | | 713 | 13,5 | 15,3 | 99,8 | 781 | |
| Обед | Суп картофельный с бобовыми и фрикадельками | 250/20 | 15,6 | 9,1 | 28,6 | 308 | 139/2004,11 2/2004 | |
| | Котлета рубленая из филе цыплят | 50 | 9,8 | 5,8 | 4,8 | 120 | 499/2004 | |
| | Соус основной красный | 50 | 1,15 | 1,5 | 3,84 | 32 | 528/3/1994 | |
| | Макаронные изделия отварные с овощами | 180 | 6,9 | 0,6 | 37,4 | 291 | ТТК № 6.4 | |
| | Компот из свежих яблок | 200 | 0,2 | 0 | 37,6 | 106 | 585/1994 | |
| | 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 обед | | 808 | 38 | 17,6 | 142 | 990 | |
| Среда 21.06.2023 | | | | | | | | |
| 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 | 4,4 | 7,5 | 47,2 | 279 | 465/1994 | |
| | Кисель яблочный | 200 | 0,1 | 0 | 27 | 107 | ТТК №429 | |
| | 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 | 9,95 | 9,6 | 107,8 | 721 | |
| Обед | Суп картофельный с макарон.изделиями и цыпленком отварным | 250/20 | 25,8 | 4,8 | 22,5 | 240 | 140/2004, Т17/1994 | |
| | Котлета рыбная из минтая | 70 | 12,1 | 7,2 | 11,6 | 156 | 388/2004 | |
| | Соус основной красный | 30 | 0,69 | 0,9 | 2,3 | 19 | 528/3/1994 | |
| | Картофельное пюре | 180 | 3,9 | 8,9 | 29 | 217 | 472/1994 | |
| | 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 | |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61 | ТТК № 57 | |
| | Кондитерские изделия в ассортименте | 30 | 1,05 | 9 | 17,4 | 156 | ТН | |
| | Итого за обед | | 845 | 48,1 | 31,4 | 127,8 | 981 | |