



Согласовано: школа № 15  
 Директор Школы № 15



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

Обед 7-12 лет  
 вторая смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 27.11.2023</b>							
Обед	Суп крестьянский с крупой на костном бульоне	200	9,2	5,9	10,4	163	134/2004
	Сосиска отварная	2/50	10,5	1,7	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
<b>Итого за обед</b>		<b>768</b>	<b>35,7</b>	<b>32</b>	<b>89,4</b>	<b>811</b>	
<b>Вторник 28.11.2023</b>							
Обед	Борщ Сибирский на костном бульоне	200	5,3	3,6	14,6	113	113/1994
	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
<b>Итого за обед</b>		<b>773</b>	<b>26,2</b>	<b>25,4</b>	<b>125</b>	<b>823</b>	
<b>Среда 29.11.2023</b>							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне	200	3,6	3,5	8,4	140	124/2004
	Тфтели из минтая 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
	Рис отварной	150	3,3	5,8	37	204	465/1994
	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
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Конфета Марсианка	11	0,2	1,5	7	41	ТН
<b>Итого за обед</b>		<b>719</b>	<b>23,8</b>	<b>13,8</b>	<b>126</b>	<b>778</b>	<b>0</b>
<b>Четверг 30.11.2023</b>							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне	200	8,2	5,4	23,2	173	139/20044
	Гарнировка: Икра свекольная	60	1,56	4,44	8,97	82	78/2004
	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	150	3,32	7,06	22,89	171	472/1994
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
<b>Итого за обед</b>		<b>735</b>	<b>23,7</b>	<b>26,5</b>	<b>101,3</b>	<b>744</b>	
<b>Пятница 01.12.2023</b>							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	200/20	5,8	4	19,8	134	Т1/3/1994
	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
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,6	8,6	40,3	267	463/1994
	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
	Фрукты: яблоко свежее	150	0,6	0	18,9	78	338/2005
	<b>Итого за обед</b>		<b>885</b>	<b>29,1</b>	<b>22,7</b>	<b>148,3</b>	<b>874</b>

\* Стоимость 1 комплекса обеда на одного учащегося для школьников категории от 7 до 12 лет составляет 90 рублей.

Согласовано:  
Директор Школы №



Утверждено:  
Директор МАУ «Центр детского питания»  
г. Йошкар-Ола  
И.И. Якимов

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 27.11.2023</b>							
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
<b>Итого</b>		<b>808</b>	<b>29,9</b>	<b>24,7</b>	<b>143</b>	<b>918</b>	
<b>Вторник 28.11.2023</b>							
Обед	Борщ Сибирский с цыпленком отварным	250/20	17	5,9	17,7	198	113/1994,17/1994
	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
	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
<b>Итого</b>		<b>808</b>	<b>35,6</b>	<b>23</b>	<b>101</b>	<b>736</b>	
<b>Среда 29.11.2023</b>							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне	250	4,5	4,3	10,2	175	124/2004
	Тефтели из мяты 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
<b>Итого</b>		<b>808</b>	<b>28,2</b>	<b>15,4</b>	<b>122</b>	<b>794</b>	
<b>Четверг 30.11.2023</b>							
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
<b>Итого</b>		<b>815</b>	<b>37,8</b>	<b>25,2</b>	<b>133</b>	<b>886</b>	
<b>Пятница 01.12.2023</b>							
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
<b>Итого</b>		<b>806</b>	<b>32,2</b>	<b>28,4</b>	<b>154</b>	<b>926</b>	

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



Согласовано:  
Директор Школы № 15



Утверждаю:  
Директор МАУ "Центр детского питания"  
И.Т. Какимов

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 27.11.2023</b>							
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
<b>Итого</b>		<b>708</b>	<b>26,6</b>	<b>21,8</b>	<b>130</b>	<b>822</b>	
<b>Вторник 28.11.2023</b>							
Обед	Борщ Сибирский с цыпленком отварным	200/20	15,1	4,8	14,8	167	113/1994,17/1994
	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
	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
<b>Итого</b>		<b>728</b>	<b>33,1</b>	<b>20,6</b>	<b>93,9</b>	<b>671</b>	
<b>Среда 29.11.2023</b>							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне	200	3,6	3,5	8,4	140	124/2004
	Гёфтели из мяты 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
<b>Итого</b>		<b>703</b>	<b>24,8</b>	<b>13,7</b>	<b>103</b>	<b>674</b>	
<b>Четверг 30.11.2023</b>							
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
<b>Итого</b>		<b>735</b>	<b>34,3</b>	<b>22,4</b>	<b>120</b>	<b>798</b>	
<b>Пятница 01.12.2023</b>							
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
<b>Итого</b>		<b>728</b>	<b>28,6</b>	<b>25,4</b>	<b>137</b>	<b>828</b>	

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



Согласовано:  
Директор Школы № 15



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

**2 ЗАВТРАК от 7 до 12 лет**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 27.11.2023</b>							
<b>Завтрак</b>	Макаронны запеченные с сыром	180	9,82	7,5	44,09	284	ТТК №226
	Напиток лимонный	200	0,2	0	25,6	103	699/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Конфета Марсианка	11	0,2	1,5	7	41	ТН
	Фрукты: яблоко свежее	150	0,6	0	18,9	78	338/2005
<b>Итого за завтрак</b>		<b>566</b>	<b>12,72</b>	<b>9,2</b>	<b>108,49</b>	<b>567</b>	
<b>Вторник 28.11.2023</b>							
<b>Завтрак</b>	Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная	150	6,6	4,62	30,3	157	Т4/2004
	Напиток из кураги	200	1,1	0	31,5	125	638/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Бутерброд с повидлом	20/5/25	1,7	4,3	23,5	134	2/2004
<b>Итого за завтрак</b>		<b>465</b>	<b>16,4</b>	<b>13,72</b>	<b>98,5</b>	<b>540</b>	
<b>Среда 29.11.2023</b>							
<b>Завтрак</b>	Тефтели из мяты 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
	Каша гречневая рассыпчатая	160	9,2	9,2	42,9	285	463/1994
	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
	Конфета Чио-рио	14	0,7	4,2	7,9	72	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>506</b>	<b>13,4</b>	<b>15,4</b>	<b>83,5</b>	<b>516</b>	
<b>Четверг 30.11.2023</b>							
<b>Завтрак</b>	Каша пшеничная молочная	150	4,3	6,3	30	170	ТТК №42
	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
	Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок	200	0,25	0	25,1	99	ТТК№28.1
	Конфета Марсианка	11	0,2	1,5	7	41	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>436</b>	<b>13,35</b>	<b>13,9</b>	<b>85,2</b>	<b>491</b>	
<b>Пятница 01.12.2023</b>							
<b>Завтрак</b>	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
	Рис отварной	150	3,3	5,8	37	204	465/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	Фрукты: яблоко свежее	150	0,6	0	18,9	78	338/2005
<b>Итого за завтрак</b>		<b>625</b>	<b>16,38</b>	<b>14,1</b>	<b>99</b>	<b>566</b>	

\* Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося школы составляет 82 рубля



Согласовано:  
Директор Школы № 15



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	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 27.11.2023</b>							
Полдник	Суп крестьянский с крупой на костном бульоне	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
<b>Итого за полдник</b>		<b>482</b>	<b>13,7</b>	<b>7,28</b>	<b>40,5</b>	<b>316</b>	
<b>Вторник 28.11.2023</b>							
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
<b>Итого за полдник</b>		<b>495</b>	<b>11,6</b>	<b>5,9</b>	<b>45,5</b>	<b>285</b>	
<b>Среда 29.11.2023</b>							
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
<b>Итого за полдник</b>		<b>533</b>	<b>2,2</b>	<b>0,2</b>	<b>28,1</b>	<b>121</b>	
<b>Четверг 30.11.2023</b>							
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
<b>Итого за полдник</b>		<b>475</b>	<b>14,3</b>	<b>7,05</b>	<b>56,3</b>	<b>367</b>	
<b>Пятница 01.12.2023</b>							
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
<b>Итого за полдник</b>		<b>502</b>	<b>9,1</b>	<b>5</b>	<b>51,8</b>	<b>281</b>	

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



Согласовано:

Директор Школы № 15



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		
<b>Понедельник 27.11.2023</b>							
Полдник	Макароны запеченные с сыром	180	9,82	7,5	44,09	284	ТТК №226
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Напиток лимонный	200	0,2	0	25,6	103	699/2004
	Фрукты: яблоко свежее	150	0,6	0	18,9	73	338/2005
<b>Итого за полдник</b>		<b>555</b>	<b>12,52</b>	<b>7,7</b>	<b>101,49</b>	<b>526</b>	
<b>Вторник 28.11.2023</b>							
Полдник	Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная	150	6,6	4,62	30,3	157	Т4/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Напиток из кураги	200	1,1	0	31,5	125	638/2004
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
<b>Итого за полдник</b>		<b>415</b>	<b>14,7</b>	<b>9,42</b>	<b>75</b>	<b>406</b>	
<b>Среда 29.11.2023</b>							
Полдник	Тефтели из мясной 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
	Каша гречневая рассыпчатая	160	9,2	9,2	42,9	285	463/1994
	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
<b>Итого за полдник</b>		<b>492</b>	<b>12,7</b>	<b>11,2</b>	<b>75,6</b>	<b>444</b>	
<b>Четверг 30.11.2023</b>							
Полдник	Каша пшеничная молочная	150	4,3	6,3	30	170	ТТК №42
	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
	Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок	200	0,25	0	25,1	99	ТТК№28.1
<b>Итого за полдник</b>		<b>425</b>	<b>13,15</b>	<b>12,4</b>	<b>78,2</b>	<b>450</b>	
<b>Пятница 01.12.2023</b>							
Полдник	Биштекс 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
	Рис отварной	150	3,3	5,8	37	204	465/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
<b>Итого за полдник</b>		<b>475</b>	<b>15,78</b>	<b>14,1</b>	<b>80,1</b>	<b>488</b>	

\* Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося школы составляет 70 рубля

Согласовано:

Директор Школы № 15



Утверждаю:  
Директор МАУ "Центр детского здоровья"

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		
<b>Понедельник 27.11.2023</b>							
<b>Завтрак</b>	Макароны запеченные с сыром	180	9,82	7,5	44,09	284	ТТК №226
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Напиток лимонный	200	0,2	0	25,6	103	699/2004
	Фрукты: яблоко свежее	150	0,6	0	18,9	78	338/2005
<b>Итого за завтрак</b>		<b>555</b>	<b>12,52</b>	<b>7,7</b>	<b>101,49</b>	<b>526</b>	
<b>Вторник 28.11.2023</b>							
<b>Завтрак</b>	Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная	150	6,6	4,62	30,3	157	Т4/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Напиток из кураги	200	1,1	0	31,5	125	638/2004
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
<b>Итого за завтрак</b>		<b>415</b>	<b>14,7</b>	<b>9,42</b>	<b>75</b>	<b>406</b>	
<b>Среда 29.11.2023</b>							
<b>Завтрак</b>	Тефтели из минтая 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
	Каша гречневая рассыпчатая	160	9,2	9,2	42,9	285	463/1994
	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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>492</b>	<b>12,7</b>	<b>11,2</b>	<b>75,6</b>	<b>444</b>	
<b>Четверг 30.11.2023</b>							
<b>Завтрак</b>	Каша пшеничная молочная	150	4,3	6,3	30	170	ТТК №42
	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
	Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок	200	0,25	0	25,1	99	ТТК№28.1
<b>Итого за завтрак</b>		<b>425</b>	<b>13,15</b>	<b>12,4</b>	<b>78,2</b>	<b>450</b>	
<b>Пятница 01.12.2023</b>							
<b>Завтрак</b>	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
	Рис отварной	150	3,3	5,8	37	204	465/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
<b>Итого за завтрак</b>		<b>475</b>	<b>15,78</b>	<b>14,1</b>	<b>80,1</b>	<b>488</b>	

\* Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося школы составляет 70 рубля



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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 27.11.2023</b>							
<b>Завтрак</b>	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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>556</b>	<b>12,1</b>	<b>5,4</b>	<b>79,5</b>	<b>406</b>	
<b>Вторник 28.11.2023</b>							
<b>Завтрак</b>	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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>550</b>	<b>20,5</b>	<b>20,5</b>	<b>106,9</b>	<b>693</b>	
<b>Среда 29.11.2023</b>							
<b>Завтрак</b>	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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>558</b>	<b>17,3</b>	<b>19,3</b>	<b>102,7</b>	<b>656</b>	
<b>Четверг 30.11.2023</b>							
<b>Завтрак</b>	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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>558</b>	<b>9,95</b>	<b>9,6</b>	<b>97,44</b>	<b>661</b>	
<b>Пятница 01.12.2023</b>							
<b>Завтрак</b>	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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>553</b>	<b>18,5</b>	<b>19,4</b>	<b>73,54</b>	<b>596</b>	

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





Согласовано:  
 Директор Школы № 15



Утверждаю:  
 Директор Центра детского  
 здоровья и питания  
 Г.ЙОШКАР-ОЛЫ

Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 27.11.2023</b>							
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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>568</b>	<b>26,5</b>	<b>26,1</b>	<b>79</b>	<b>648</b>	
<b>Вторник 28.11.2023</b>							
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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>568</b>	<b>19,6</b>	<b>17,3</b>	<b>104,4</b>	<b>637</b>	
<b>Среда 29.11.2023</b>							
Завтрак	Каша рисовая молочная	200	5,8	3,4	45,1	223	ТТК № 65
	Бутерброд с маслом	10/25	1,9	8,5	12,9	136	1/3/1997.
	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
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
	Конфета Марсианка	11	0,2	1,5	7	41	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>679</b>	<b>16,7</b>	<b>20,2</b>	<b>118,6</b>	<b>719</b>	
<b>Четверг 30.11.2023</b>							
Завтрак	Гарнировка: Икра свекольная	60	1,56	4,44	8,97	82	78/2004
	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
	Картофельное пюре	150	3,32	7,06	22,89	171	472/1994
	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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>568</b>	<b>9,4</b>	<b>9,46</b>	<b>76,09</b>	<b>609</b>	
<b>Пятница 01.12.2023</b>							
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная	150	6,6	4,62	30,3	207	Т4/2004
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	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
	Фрукты: яблоко свежее	150	0,6	0	18,9	78	338/2005
<b>Итого за завтрак</b>		<b>772</b>	<b>20,5</b>	<b>15,8</b>	<b>87</b>	<b>589</b>	

\* Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося для школьников категории от 7 до 12 лет составляет 78 рублей.