



Согласовано  
Директор Школы № 13



Утверждено  
Директор МАУ "Центр  
детского здорового  
питания"  
Р.Т. Хакимов

Обед 7-12 лет  
вторая смена

Прим. пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 25.12.2023</b>							
Обед	Суп крестьянский с крупой на костном бульоне	200	9,2	5,9	10,4	183	134/2004
	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 Чю Рио	30	1,1	9	17,4	156	ТН
	Печенье Сормовское	50	3,8	7,7	31,8	214	ТН
<b>Итого за обед</b>		<b>848</b>	<b>41</b>	<b>49</b>	<b>139</b>	<b>1201</b>	
<b>Вторник 26.12.2023</b>							
Обед	Борщ Сибирский на костном бульоне	200	5,3	3,6	14,6	113	113/1994
	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
	Пирожное в ассортименте	35	1,7	6,6	19,6	147	ТН
<b>Итого за обед</b>		<b>933</b>	<b>39</b>	<b>36</b>	<b>136</b>	<b>1004</b>	
<b>Среда 27.12.2023</b>							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне	200	3,6	3,5	8,4	140	124/2004
	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
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Пирожное в ассортименте	35	1,7	6,6	19,6	147	ТН
<b>Итого за обед</b>		<b>893</b>	<b>39</b>	<b>32</b>	<b>117</b>	<b>975</b>	
<b>Четверг 28.12.2023</b>							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне	200	8,2	5,4	23,2	173	139/20044
	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
	Пирожное в ассортименте	35	1,7	6,6	19,6	147	ТН
	Фрукты: яблоко свежее	150	0,6	0	18,9	78	338/2005
<b>Итого за обед</b>		<b>994</b>	<b>32</b>	<b>38</b>	<b>187</b>	<b>1220</b>	
<b>Пятница 15.12.2023</b>							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	200/20	5,8	4	19,8	134	Т1/3/1994
	Гарнировка: кукуруза консервированная	60	1,2	0	3,6	36	ТТК № 41
	Котлета Куринная 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 Марсманка - 1шт	11	0,2	1,5	7	41	ТН
	Пирожное в ассортименте	35	1,7	6,6	19,6	147	ТН
<b>Итого за обед</b>		<b>1008</b>	<b>30</b>	<b>34</b>	<b>149</b>	<b>1005</b>	



Согласовано:  
Директор Школы № 15



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

Завтрак 7-12 лет

Прим. пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 25.12.2023</b>							
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 Чю Рио	30	1,1	9	17,4	156	ТН
	Печенье Сормовское	50	3,8	7,7	31,8	214	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>648</b>	<b>31</b>	<b>43</b>	<b>128</b>	<b>1018</b>	
<b>Вторник 26.12.2023</b>							
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
	Пирожное в ассортименте	35	1,7	6,6	19,6	147	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>733</b>	<b>34</b>	<b>32</b>	<b>122</b>	<b>891</b>	
<b>Среда 27.12.2023</b>							
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
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Пирожное в ассортименте	35	1,7	6,6	19,6	147	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>693</b>	<b>35</b>	<b>29</b>	<b>109</b>	<b>835</b>	
<b>Четверг 28.12.2023</b>							
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
	Пирожное в ассортименте	35	1,7	6,6	19,6	147	ТН
	Фрукты: яблоко свежее	150	0,6	0	18,9	78	338/2005
<b>Итого за завтрак</b>		<b>794</b>	<b>24</b>	<b>33</b>	<b>164</b>	<b>1047</b>	
<b>Пятница 29.12.2023</b>							
Завтрак	Гарнировка кукуруза консервированная	60	1,2	0	3,6	36	ТТК № 41
	Котлета Куринная 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
	Пирожное в ассортименте	35	1,7	6,6	19,6	147	ТН
<b>Итого за завтрак</b>		<b>788</b>	<b>24</b>	<b>30</b>	<b>129</b>	<b>871</b>	