



Составлено  
Директор Школы №13  
Общественная  
школа №13  
г. Йошкар-Ола

Утверждаю  
Директор МАУ "Центр детского  
здорового питания"  
А.В.Усков

Завтрак от 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 17.11.2025</b>							
Завтрак	Салат из квашенной капусты	60	0	3	3,6	27	ТТК№50
	Сосиска отварная	100	9,5	8,3	0,2	196	ТТК№100,1
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	180/7	6,3	6,5	21,7	125	469/1994 14/2005
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	528/1994
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	11,5	80	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Печенье Сормовское	1/50	1,1	1,7	13,8	40	ТН
<b>Итого</b>		<b>822</b>	<b>19,2</b>	<b>19,7</b>	<b>78,7</b>	<b>587</b>	
<b>Вторник 18.11.2025</b>							
Завтрак	Гуляш из говядины	50/50	10,2	7	3,5	135	437/2004
	Рис отварной, масло сливочное	210/10	1,5	6,2	24,2	182	465/1994,14/2005
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	12,8	81	ТТК№46
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	3	4,4	9,4	60	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
<b>Итого:</b>		<b>778</b>	<b>19,2</b>	<b>18,2</b>	<b>78,7</b>	<b>587</b>	
<b>Среда 19.11.2025</b>							
Завтрак	Пельмени отварные с маслом сливочным	200/10	16	18,6	25,6	321	664/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	528/1994
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
	Фрукт: апельсин свежий	1/150	0,6	0	12	60	ТН
<b>Итого</b>		<b>793</b>	<b>19,2</b>	<b>19</b>	<b>78,7</b>	<b>587</b>	
<b>Четверг 20.11.2025</b>							
Завтрак	Гарнировка: помидор свежий	60	0,66	0,12	2,34	10,8	ТН
	Гуляш из говядины	50/50	10,2	7	3,5	135	437/2004
	Картофельное пюре, масло сливочное	180/5	3	6,9	23,1	205	472/1994, 14/2005
	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	19,8	77	585/1994
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	3	4,4	9,4	60	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Фрукт: мандарин свежий	1/100	0,2	0,2	7,5	38	ТН
<b>Итого</b>		<b>870</b>	<b>19,16</b>	<b>18,82</b>	<b>78,54</b>	<b>586,8</b>	
<b>Пятница 21.11.2025</b>							
Завтрак	Гарнировка: огурец свежий	60	0,4	0,06	2,2	9	ТН
	Птица запеченная (бедро)	120	8,2	6,9	0,26	135	ТТК№32,1
	Каша гречневая рассыпчатая, масло сливочное	180/10	5,3	8,5	21,4	148	Т4/1994 14/2005
	Напиток апельсиновый	200	0	0	8,2	77	699/2004
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,3	0,4	15,9	68	ТТК№54
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	0,6	0	12	70	ТН
<b>Итого</b>		<b>953</b>	<b>17</b>	<b>15,86</b>	<b>70,16</b>	<b>587</b>	

\*Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося для школьников категории от 7 до 12 лет составляет не менее 63 рублей.



Согласовано  
 Директор Школы № 5  
 общеобразовательная  
 школа № 5  
 Йошкар-Ола

Утверждаю  
 Директор МДУ "Центр детского  
 здорового питания"  
 А.В.Усков

Завтрак от 12 лет и старше-родительская плата

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
<b>Понедельник 17.11.2025</b>							
Завтрак	Сосиска отварная	100	10,5	10	0,2	197	ТТК№100,1
	Макаронные изделия отварные	210	7,15	8,59	49,35	308,3	469/1994
	АК Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>550</b>	<b>20,15</b>	<b>18,99</b>	<b>80,65</b>	<b>633,3</b>	
<b>Вторник 18.11.2025</b>							
Завтрак	Котлета мясная	100	14,1	13,6	16,3	260	ТТК№63
	Рис отварной, масло сливочное	220/5	5,5	11,4	59,4	273	465/1994, 14/2005
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	12,8	81	ТТК№46
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
<b>Итого:</b>		<b>558</b>	<b>22,2</b>	<b>25,4</b>	<b>104,4</b>	<b>682</b>	
<b>Среда 19.11.2025</b>							
Завтрак	Бутерброд с сыром	5/20/25	6,7	5,9	10,2	120	3/1997
	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес», масло сливочное	150/3	10,5	12,5	45,6	287	T4/2004
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	528/1994
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	0,6	0	12	60	ТН
<b>Итого</b>		<b>553,0</b>	<b>18</b>	<b>18,4</b>	<b>82,8</b>	<b>525</b>	
<b>Четверг 20.11.2025</b>							
Завтрак	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	100 (50/50)	10	8,2	11,3	164	ТТК№52, 528/3/1994
	Картофельное пюре	220	5	11,5	33,8	262	472/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	528/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	1,3	0,4	15,9	68	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>553</b>	<b>16,5</b>	<b>20,1</b>	<b>76</b>	<b>552</b>	
<b>Пятница 21.11.2025</b>							
Завтрак	Птица запеченная (бедро)	120	10	9,4	0,2	187	ТТК№4,1
	Каша гречневая вязкая	180	6	10,6	44	260	469/1994
	Напиток апельсиновый	200	0	0	19,8	77	699/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>558</b>	<b>20,1</b>	<b>20,6</b>	<b>92,8</b>	<b>653</b>	

\*Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося для школьников категории от 12 лет и старше составляет 84 рубля



Утверждаю  
 Директор МАУ "Центр детского  
 здорового питания"  
 А.В.Усков

Полдник от 7 до 12 лет ОВЗ и многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
<b>Понедельник 17.11.2025</b>							
Полдник	Вареники с картофелем, масло сливочное	200/10	12,1	13,8	49,3	343	ТТК№69, 14/2005
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	5	6,4	9,4	120	ТН
	Хлеб пшеничный	2/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>460</b>	<b>19</b>	<b>20,4</b>	<b>71,6</b>	<b>524</b>	
<b>Вторник 18.11.2025</b>							
Полдник	Пудинг из творога (запеченный) с соусом сладким	150/30	22,7	14,7	27,9	320	362/2004 ТТК№67
	Компот из сухофруктов	200	0,4	0	18,8	81	ТТК№46
	Фрукт: яблоко свежее	1 шт(150)	0,8	0,6	20	86	ТН
<b>Итого:</b>		<b>530</b>	<b>23,9</b>	<b>15,3</b>	<b>66,7</b>	<b>487</b>	
<b>Среда 19.11.2025</b>							
Полдник	Гуляш из говядины	50/50	16,4	6	3,5	135	437/2004
	Рис отварной	160	3,2	5,8	37	204	465/1994
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Пряник	1/42	2,6	6	13,8	62	ТН
<b>Итого</b>		<b>542</b>	<b>24,4</b>	<b>18</b>	<b>82,4</b>	<b>522</b>	
<b>Четверг 20.11.2025</b>							
Полдник	Каша гречневая по-купечески с филе куриным	50/160	17,3	8,4	35,7	353	ТТК№71
	Компот яблочный	200	0,9	0	15	75	ТТК№68
	Хлеб пшеничный	2/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Фрукт: яблоко свежее	1шт(150)	0,8	0,3	13,3	53	ТН
<b>Итого</b>		<b>610</b>	<b>20,9</b>	<b>8,9</b>	<b>76,9</b>	<b>542</b>	
<b>Пятница 21.11.2025</b>							
Полдник	Бутерброд с сыром	5/20/25	6,7	5,9	10,2	120	3/1997
	Каша Янтарная, масло сливочное	150/10	6,5	13,5	33,7	293	305/2004, 14/2005
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	5	6,4	9,4	120	ТН
<b>Итого</b>		<b>410</b>	<b>18,2</b>	<b>25,8</b>	<b>53,3</b>	<b>533</b>	

\*Стоимость 1 комплекса на одного учащегося составляет 82 рублей

Согласовано  
Директор Школы № 15



Утверждаю  
Директор МАУ "Центр детского  
здорового питания"



А.В.Усков

Полдник - ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая п	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 17.10.2025</b>							
Полдник	Печенье «Юбилей»	3/17	1,3	3,1	11,4	79	ТН
	Фрукт: яблоко свежее	1 шт (1/150)	1,4	0,3	12,2	65	ТН
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
<b>Итого</b>		<b>401</b>	<b>2,9</b>	<b>3,4</b>	<b>38,6</b>	<b>202</b>	
<b>Вторник 18.11.2025</b>							
Полдник	Конфета Марсианка	1/11	0,2	1,5	7	41	ТН
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Фрукт: апельсин свежий	1 шт (1/150)	0,6	0	12	60	ТН
<b>Итого:</b>		<b>368</b>	<b>1,1</b>	<b>1,5</b>	<b>34,2</b>	<b>161</b>	
<b>Среда 19.11.2025</b>							
Полдник	Печенье «Юбилей»	3/17	1,3	3,1	11,4	79	ТН
	Фрукт: яблоко свежее	1 шт (1/150)	1,4	0,3	12,2	65	ТН
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
<b>Итого</b>		<b>401</b>	<b>2,9</b>	<b>3,4</b>	<b>38,6</b>	<b>202</b>	
<b>Четверг 20.11.2025</b>							
Полдник	Печенье «Супер-контик»	1/50	2,8	13	31	232	ТН
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
<b>Итого</b>		<b>457</b>	<b>3,3</b>	<b>13</b>	<b>56,4</b>	<b>372</b>	
<b>Пятница 21.11.2025</b>							
Полдник	Пряник	1/42	2,6	6	13,8	62	ТН
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	5	6,4	9,4	120	ТН
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
<b>Итого</b>		<b>442</b>	<b>7,8</b>	<b>12,4</b>	<b>38,2</b>	<b>240</b>	

\*Стоимость комплекса полдника на одного учащегося составляет 41 рубль

Согласовано  
Директор Школы № 19



Утверждаю  
Директор МАУ "Центр детского  
здорового питания"  
А.В.Усков

Обед от 7 до 12 лет за родительскую плату

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 17.11.2025</b>							
Обед	Суп картофельный /рыбная консерва	200/20	5,6	6,5	13,2	150	133/2004, Т1/3/1994
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	100 (50/50)	10	8,2	11,3	164,4	ТТК№52,528/ 3/1994
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	190/8	5,6	11	40,8	287	ТТК№58, 14/2005
	Чай с сахаром	200	0,3	0	15,2	60	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	2,2	0,8	31,8	68	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>784</b>	<b>23,7</b>	<b>26,5</b>	<b>112,3</b>	<b>729,4</b>	
<b>Вторник 18.11.2025</b>							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б	200	6,6	5,4	16,2	166	139/2004
	Жаркое Сюрприз	55/190	16,4	17,7	36,4	343	ТТК№30
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,6	0	19,1	80	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,4	0,8	31,8	136	ТТК№54
<b>Итого:</b>		<b>711</b>	<b>28</b>	<b>23,9</b>	<b>103,5</b>	<b>725</b>	
<b>Среда 19.11.2025</b>							
Обед	Борщ с капустой, картофелем, фрикадельки мясные	200/20	7,2	5,6	21,4	136	110/2004 112/2004
	Котлета «Улыбка»	100 (70/30)	10	9,9	5,4	184	ТТК №13
	Макаронные изд. отварные	150	5,3	10,2	42,6	264	469/1994
	АК Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>710</b>	<b>25</b>	<b>26,1</b>	<b>100,5</b>	<b>712</b>	
<b>Четверг 20.11.2025</b>							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	200/20	6,3	7,3	16,2	150	124/2004 Т-17/1994
	Котлеты рыбные	90	14,7	14,7	14,6	198	388/2004
	Рис отварной, масло сливочное	180/3	4,5	7,2	48,6	275	465/1994
	Компот яблочный	200	0,9	0	15	75	ТТК №68
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,4	0,8	31,8	136	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>759</b>	<b>30,8</b>	<b>30</b>	<b>126,2</b>	<b>834</b>	
<b>Пятница 21.11.2025</b>							
Обед	Солянка «Школьная»	200/20	9	8,3	15,3	132	ТТК№70
	Макаронны запеченные с сыром, масло сливочное	180/6	11,8	13,6	45,59	374	ТТК№226, 14/2005
	Чай с сахаром	200	0,3	0	15,2	60	628/1994
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>839</b>	<b>23,5</b>	<b>22,3</b>	<b>102,19</b>	<b>714</b>	

\*Стоимость 1 комплекса обеда на одного учащегося для школьников категории от 7 до 12 лет и составляет 105 рублей

Согласовано  
Директор Школы № 15



Утверждаю

Директор МАУ "Центр детского  
здорового питания"  
А.В.Усков



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 17.11.2025</b>							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	6,9	8,6	21,9	200	133/2004, Т1/3/1994
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	100 (50/50)	10	8,2	11,3	164,4	ТТК№52,528/3/1994
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	200/5	6	11,6	26,8	228	ТТК№58 14/2005
	Чай с сахаром	200	0,3	0	15,2	60	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,4	0,8	31,8	136	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>866</b>	<b>29,5</b>	<b>29,4</b>	<b>119,9</b>	<b>849,4</b>	
<b>Вторник 18.11.2025</b>							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б	250	9,4	9,5	29,1	218	139/2004
	Жаркое Сюрприз	55/205	17,7	18,7	33,9	370	ТТК№30
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,6	0	19,1	80	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,4	0,8	31,8	136	ТТК№54
<b>Итого:</b>		<b>801</b>	<b>34</b>	<b>29,2</b>	<b>126,8</b>	<b>865</b>	
<b>Среда 19.11.2025</b>							
Обед	Борщ с капустой, картофелем, фрикадельки мясные	250/20	8,9	6,4	26,2	185	110/2004 112/2004
	Котлета «Улыбка»	100 (60/40)	10	9,9	5,4	184	ТТК№13
	Макаронные изд. отварные	190	6,7	7,8	44,6	279	469/1994
	АКЧай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>818</b>	<b>29,9</b>	<b>24,7</b>	<b>120</b>	<b>835</b>	
<b>Четверг 20.11.2025</b>							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	250/20	7,2	6,7	21,4	152	124/2004 Т-17/1994
	Котлеты рыбные	100	16,3	13,2	13,1	220	388/2004
	Рис отварной	180	4,54	7,2	43,7	236	465/1994
	АККомпот яблочный	200	0,3	0,14	19,5	82	ТТК№ 68
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,6	68	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>808</b>	<b>32,44</b>	<b>27,84</b>	<b>126,2</b>	<b>819</b>	
<b>Пятница 21.11.2025</b>							
Обед	Солянка «Школьная»	250/20	11	10,1	21,8	172	ТТК№70
	Макаронны, запеченные с сыром	180	11,8	13,6	45,59	374	ТТК№226 14/2005
	АКЧай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,6	0	19,1	80	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	136	ТТК№54
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>908</b>	<b>27,7</b>	<b>24,3</b>	<b>130,29</b>	<b>881</b>	

\*Стоимость 1 комплекса обеда на одного учащегося для школьников категории от 12 лет и старше составляет 105 рублей



Обед от 12 лет и старше СВО

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 17.11.2025</b>							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	6,9	8,6	21,9	200	133/2004, Т1/3/1994
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	100 (50/50)	10	8,2	11,3	164,4	ТТК№52,528/3/1994
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	200/5	6	11,6	26,8	228	ТТК№58 14/2005
	Чай с сахаром	200	0,3	0	15,2	60	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,4	0,8	31,8	136	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>866</b>	<b>29,5</b>	<b>29,4</b>	<b>119,9</b>	<b>849,4</b>	
<b>Вторник 18.11.2025</b>							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б	250	9,4	9,5	29,1	218	139/2004
	Жаркое Сюрприз	55/205	17,7	18,7	33,9	370	ТТК№30
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,6	0	19,1	80	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,4	0,8	31,8	136	ТТК№54
<b>Итого:</b>		<b>801</b>	<b>34</b>	<b>29,2</b>	<b>126,8</b>	<b>865</b>	
<b>Среда 19.11.2025</b>							
Обед	Борщ с капустой, картофелем, фрикадельки мясные	250/20	8,9	6,4	26,2	185	110/2004 112/2004
	Котлета «Улыбка»	100 (60/40)	10	9,9	5,4	184	ТТК№13
	Макаронные изд. отварные	190	6,7	7,8	44,6	279	469/1994
	АКЧай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>818</b>	<b>29,9</b>	<b>24,7</b>	<b>120</b>	<b>835</b>	
<b>Четверг 20.11.2025</b>							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	250/20	7,2	6,7	21,4	152	124/2004 Т- Т-17/1994
	Котлеты рыбные	100	16,3	13,2	13,1	220	388/2004
	Рис отварной	180	4,54	7,2	43,7	236	465/1994
	АККомпот яблочный	200	0,3	0,14	19,5	82	ТТК№ 68
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,6	68	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>808</b>	<b>32,44</b>	<b>27,84</b>	<b>126,2</b>	<b>819</b>	
<b>Пятница 21.11.2025</b>							
Обед	Солянка «Школьная»	250/20	11	10,1	21,8	172	ТТК№70
	Макароны, запеченные с сыром	180	11,8	13,6	45,59	374	ТТК№226 14/2005
	АКЧай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,6	0	19,1	80	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	136	ТТК№54
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>908</b>	<b>27,7</b>	<b>24,3</b>	<b>130,29</b>	<b>881</b>	

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



Согласовано  
Директор Школы № 15  
Иошкар-Ола

*А.В. Усков*



Утверждаю  
Директор МАУ "Центр детского  
здорового питания"

А.В.Усков

Обед от 12 лет и старше - овз, многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 17.11.2025</b>							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	6,9	8,6	21,9	200	133/2004, 11/3/1994
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	100 50/50	10	8,2	11,3	164,4	ТТК№52, 528/3/1994
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	230/10	6,9	13	30,8	300	ТТК№58
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,4	0,8	31,8	136	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>908</b>	<b>30,4</b>	<b>30,8</b>	<b>123,9</b>	<b>921,4</b>	
<b>Вторник 18.11.2025</b>							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б	250	9,4	9,5	29,1	218	139/2004
	Жаркое Сюрприз	55/205	17,7	18,7	33,9	370	ТТК№30
	Напиток ягодный	200	0,3	0	17,2	71	ТТК№64
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,6	0	19,1	80	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	136	ТТК№54
<b>Итого:</b>		<b>943</b>	<b>30,2</b>	<b>28,6</b>	<b>115,2</b>	<b>875</b>	
<b>Среда 19.11.2025</b>							
Обед	Борщ с капустой, картофелем, фрикадельки мясные	250/20	8,9	6,4	26,2	185	110/2004 112/2004
	Котлета «Улыбка»	100 (70/30)	10	9,9	5,4	184	ТТК№13
	Макаронные изд. отварные	220	7,7	9	51,7	323	469/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>848</b>	<b>30,9</b>	<b>25,9</b>	<b>127,1</b>	<b>879</b>	
<b>Четверг 20.11.2025</b>							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	250/20	7,2	6,7	21,4	152	124/2004 Т-17/1994
	Котлеты рыбные	100	16,3	13,2	13,1	220	388/2004
	Рис отварной, масло сливочное	220/6	5	10,6	54	332	465/1994 14/2005
	Компот яблочный	200	0,3	0,14	19,5	82	ТТК№68
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,4	0,8	31,8	136	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>862</b>	<b>33,2</b>	<b>31,44</b>	<b>139,8</b>	<b>922</b>	
<b>Пятница 21.11.2025</b>							
Обед	Солянка «школьная»	250/20	11	10,1	21,8	172	ТТК№70
	Макаронны, запеченные с сыром, масло сливочное	240/5	13,1	17,8	60,8	415	ТТК№26
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,6	0	19,1	80	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,4	0,8	31,8	136	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>988</b>	<b>29,4</b>	<b>28,7</b>	<b>148,7</b>	<b>863</b>	

\*Стоимость 1 комплекса обеда на одного учащегося для школьников категории от 12 лет и старше составляет 82 рубля



15

*Ф.Н. Жуков*



Директор МАУ "Центр детского здорового питания"

Обед от 7 до 12 лет вторая смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
<b>Понедельник 17.11.2025</b>							
Обед	Салат из квашенной капусты	60	0	3	3,6	27	ТТК№50
	Суп картофельный/рыбная консерва	200/20	5,6	6,5	13,2	150	133/2004, Т1/3/1994
	Сосиска отварная	100	9,5	8,3	0,2	196	ТТК№100.1
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	180/7	7,2	7,1	32,5	203	469/1994 14/2005
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,9	58	628/1994
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	11,5	80	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
	Печенье Сормовское	1/50	1,1	1,7	13,8	40	ТН
<b>Итого</b>		<b>1050</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>106,6</b>	<b>822</b>	
<b>Вторник 18.11.2025</b>							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б, говядина отварная	200/20	8,1	9,5	23,3	195	139/2004 Т8/1996
	Гуляш из говядины	50/50	11	7	3,5	135	437/2004
	Рис отварной, масло сливочное	200/10	1,5	4,9	29,4	140	465/1994
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	12,8	81	ТТК№46
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	3	4,4	9,4	60	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	2,9	0,8	31,8	136	ТТК№54
<b>Итого:</b>		<b>996</b>	<b>26,9</b>	<b>26,6</b>	<b>110,2</b>	<b>747</b>	
<b>Среда 19.11.2025</b>							
Обед	Борщ с капустой, картофелем на к/б	200	3,5	7	12	96	110/2004
	Пельмени отварные с маслом сливочным	200/10	20,4	18,6	44,2	460	664/1994 14/2005
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,9	58	628/1994
	Сок фруктовый в ассортименте	200	0	0	10,2	80	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
	Фрукт: апельсин свежий	1/150	0,6	0	12	60	ТН
<b>Итого</b>		<b>993</b>	<b>26,9</b>	<b>26</b>	<b>110,2</b>	<b>822</b>	
<b>Четверг 20.11.2025</b>							
Обед	Гарнировка: помидор свежий	60	0,66	0,12	2,34	10,8	ТН
	Щи из свежей капусты с картофелем на к/б, цыпленок отварной	200/20	5,2	7,1	16,2	150	124/2004 Т-17/1994
	Гуляш из говядины	50/50	11	7	3,5	135	437/2004
	Картофельное пюре, масло сливочное	180/5	2,5	8,2	22,5	222,2	472/1994 14/2005
	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	19,8	77	585/1994
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	3	4,4	9,4	60	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
	Фрукт: мандарин свежий	1/100	0,2	0,2	7,5	38	ТН
<b>Итого</b>		<b>1123</b>	<b>26,86</b>	<b>27,62</b>	<b>110,04</b>	<b>822</b>	
<b>Пятница 21.11.2025</b>							
Обед	Гарнировка: огурец свежий	60,0	0,4	0,06	2,2	9	ТН
	Солянка «Школьная»	200/20	9	8,3	15,3	132	ТТК№70
	Птица запеченная (бедро)	120	8,2	6,9	0,26	135	ТТК№32.1
	Каша гречневая рассыпчатая, масло сливочное	180/10	5,2	8,7	29,8	170	Т4/1994 14/2005
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,5	80	ТН
	Напиток апельсиновый	200	0	0	19,8	77	699/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	0,6	0	12	70	ТН
<b>Итого</b>		<b>1173</b>	<b>25,8</b>	<b>24,36</b>	<b>105,76</b>	<b>741</b>	

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