

Согласовано  
Директор Школы № 15



15  
Утверждаю  
Директор МАУ "Центр детского  
здорового питания"  
А.В.Усков

Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
<b>Понедельник 24.11.2025</b>							
Завтрак	Салат из квашенной капусты	60	0	3	3,6	27	ТТК№50
	Плов по-домашнему(с говядиной)	70/150	16	15,6	34,5	352	ТТК №7
	АК Чай с с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб ржано- пшеничный	1/33	2,2	0,4	11,9	68	ТТК№54
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
<b>Итого</b>		<b>720</b>	<b>18,7</b>	<b>19</b>	<b>75,4</b>	<b>587</b>	
<b>Вторник 25.11.2025</b>							
Завтрак	Гуляш	50/50	8,6	6	3,5	135	437/2004
	Каша гречневая рассыпчатая, масло сливочное	200/10	4	7,1	20,65	202	Т4/1994, 14/2005
	АК Напиток Витаминный	200	0,3	0,14	19,5	82	ТТК№59
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	3	4,4	9,4	60	ТН
	Хлеб ржано- пшеничный	1/33	2,2	0,4	11,9	68	ТТК№54
	Печенье Сормовское	1/50	1,1	1,7	13,8	40	ТН
<b>Итого:</b>		<b>793</b>	<b>19,2</b>	<b>19,74</b>	<b>78,75</b>	<b>587</b>	
<b>Среда 26.11.2025</b>							
Завтрак	Яйца вареные	1 шт(40)	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Сырники из рикотты, соус сладкий	170 (130/40)	11	12,2	28,9	297	ТТК№72, 67
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,20	0,00	9,30	80,00	ТН
	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	19,8	77	585/1994
	Фрукт: апельсин свежий	1/200	0,6	0	12	60	ТН
<b>Итого</b>		<b>810</b>	<b>17,1</b>	<b>16,8</b>	<b>70,3</b>	<b>577</b>	
<b>Четверг 27.11.2025</b>							
Завтрак	Огурец свежий	60	0,48	0,06	2,16	9	ТН
	Рыба по-школьному	90	10	5,4	3,7	153	ТТК№39
	Картофельное пюре, масло сливочное	180/10	3,48	9,49	26,6	220	472/1994 14/2005
	Напиток апельсиновый	200	0	0	19,8	77	699/2004
	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
<b>Итого</b>		<b>773</b>	<b>19,16</b>	<b>19,75</b>	<b>77,56</b>	<b>587</b>	
<b>Пятница 28.11.2025</b>							
Завтрак	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	100 (50/50)	10	8,2	11,3	164,4	ТТК №52 528/3/1994
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	200/10	5,9	11,1	23,1	167	469/1994 14/2005
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	11,9	58	ТТК№54
	Фрукт: груша свежая	1 шт (1/200)	0,6	0	6	60	ТН
	<b>Итого</b>		<b>943</b>	<b>19,1</b>	<b>19,7</b>	<b>77,5</b>	<b>587,4</b>

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

Согласовано  
Директор Школы № 15



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

Завтрак от 12 лет и старше -родительская плата

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 24.11.2025</b>							
Завтрак	Плов по-домашнему	40/160	16	18,8	44,7	412	ТТК №2
	АК Чай с лимоном	200/7	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб шеничный	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
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
<b>Итого</b>		<b>665</b>	<b>20,5</b>	<b>19,4</b>	<b>98,7</b>	<b>679</b>	
<b>Вторник 25.11.2025</b>							
Завтрак	Птица запеченная (бедро)	100	13,4	13,5	0,2	208	ТТК №32.1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	200/10	6	11,7	44	265	ТТК№58 14/2005
	АК Напиток Витаминный	200	0,3	0,14	19,5	82	ТТК№59
	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>568</b>	<b>23,8</b>	<b>25,94</b>	<b>92,5</b>	<b>684</b>	
<b>Среда 26.11.2025</b>							
Завтрак	Бутерброд с сыром	5/20/25	6,9	9	10	149	3/1997
	Яйца вареные	1 шт (40)	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Каша рисовая молочная, масло сливочное	200/6	5,9	6,2	39	259	Т4/2004, 14/2005
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
<b>Итого</b>		<b>696</b>	<b>18,3</b>	<b>19,8</b>	<b>74,5</b>	<b>609</b>	
<b>Четверг 27.11.2025</b>							
Завтрак	Котлеты рыбные	100	16,3	13,2	13,1	220	388/2004
	Картофельное пюре	200	4,2	11,7	29,2	248	472/1994
	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>26,9</b>	<b>25,9</b>	<b>106,8</b>	<b>732</b>	
<b>Пятница 28.11.2025</b>							
Завтрак	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	100 (50/50)	10	8,2	11,3	164,4	ТТК №52 528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	230	8,1	10,4	43,6	338	469/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>563,0</b>	<b>20,5</b>	<b>19</b>	<b>85,8</b>	<b>628,4</b>	

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

Согласовано  
Директор Школы №



*Средняя общеобразовательная школа № 15 Шохар-Олык*



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

Полдник ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 24.11.2025</b>							
Полдник	Фрукт: груша свежая	1 шт (1/200)	0,48	0	9,25	48	ТН
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
<b>Итого</b>		<b>407</b>	<b>0,78</b>	<b>0</b>	<b>24,45</b>	<b>108</b>	
<b>Вторник 25.11.2025</b>							
Полдник	Печенье Сормовское	1/50	1,1	1,7	13,8	40	ТН
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Фрукт: яблоко свежее	1 шт (150)	0,6	0	12	60	ТН
<b>Итого:</b>		<b>400</b>	<b>1,9</b>	<b>1,7</b>	<b>40,8</b>	<b>158</b>	
<b>Среда 26.11.2025</b>							
Полдник	Фрукт: груша свежая	1 шт (1/200)	0,48	0	9,27	48	ТН
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК№46
<b>Итого</b>		<b>400</b>	<b>0,88</b>	<b>0</b>	<b>28,07</b>	<b>129</b>	
<b>Четверг 27.11.2025</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 28.11.2025</b>							
Полдник	Печенье Сормовское	1/50	1,1	1,7	13,8	40	ТН
	Фрукт: яблоко свежее	1 шт (1/150)	0,6	0	12	60	ТН
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
<b>Итого</b>		<b>400</b>	<b>1,9</b>	<b>1,7</b>	<b>40,8</b>	<b>158</b>	

\*Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося составляет 41 рубль

Согласовано  
Директор Школы № 15



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 ценность	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
<b>Понедельник 24.11.2025</b>							
Полдник	Вареники с картофелем с маслом сливочным	200/10	7,5	13,6	19,9	310	ТТК №69 14/2005
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	5	6,4	9,4	120	ТН
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК №54
<b>Итого</b>		<b>460</b>	<b>16,3</b>	<b>20,4</b>	<b>55,1</b>	<b>552</b>	
<b>Вторник 25.11.2025</b>							
Полдник	Яйца вареные	1 шт(40)	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Пудинг из творога (запеченный) со сладким соусом	150/50	45,3	16,4	31,1	356	362/2004
	Компот из сухофруктов	200	0,2	0	20,8	84	ТТК №61
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
<b>Итого:</b>		<b>640</b>	<b>50,8</b>	<b>21</b>	<b>62,4</b>	<b>583</b>	
<b>Среда 26.11.2025</b>							
Полдник	Котлета куриная рубленая	50	7,2	7,8	5,1	116	ТТК №52
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	150/9	4,5	9,3	33	208	ТТК №58 14/2005
	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
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	0,6	0	12	70	ТН
<b>Итого</b>		<b>591</b>	<b>14,5</b>	<b>17,3</b>	<b>78,2</b>	<b>515</b>	
<b>Четверг 27.11.2025</b>							
Полдник	Манник, сладкая подлива	200/40	9,1	17,5	90,9	427	ТТК №5, №25
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Фрукт: апельсин свежий	1/200	0,6	0	12	60	ТН
<b>Итого</b>		<b>640</b>	<b>9,9</b>	<b>17,5</b>	<b>117,9</b>	<b>545</b>	
<b>Пятница 28.11.2025</b>							
Полдник	Жаркое по-домашнему	50/150	22,5	8,1	11,5	243	436/2004
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
	Пряник	1/42	2,6	6	13,8	62	ТН
<b>Итого</b>		<b>442</b>	<b>25,3</b>	<b>14,1</b>	<b>35,5</b>	<b>385</b>	

\*Стоимость 1 комплекса на одного учащегося составляет 82 рубля

Согласовано  
Директор Школы №



*С. А. Дусманова*



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 ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 24.11.2025</b>							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б, говядина отварная	200/10	6,1	7,6	23,3	174	139/2004 Т8-1996
	Гуляш из филе цыпленка	60/50	12	8,4	4,8	174	ТТК№20
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	160/3	5,6	8,9	37,5	257	469/1994 14/2005
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК№46
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>716</b>	<b>26,3</b>	<b>25,3</b>	<b>100,3</b>	<b>754</b>	
<b>Вторник 25.11.2025</b>							
Обед	Борщ Сибирский на к/б	200	7,1	6,8	15,4	171	111/2004
	Рыба по-школьному	90	20,5	5,9	3,7	153	ТТК№39
	Картофельное пюре, масло сливочное	200/7	4,2	12,6	31,8	269,8	472/1994 14/2005
	Компот из сухофруктов	200	0,2	0	20,8	84	ТТК№61
	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>755</b>	<b>36,1</b>	<b>25,9</b>	<b>100,5</b>	<b>806,8</b>	
<b>Среда 26.11.2025</b>							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, фрикадельки мясные	200/20	6,1	5,7	26,3	129	124/2004 112/2004
	Котлета "Улыбка"	100 (70/30)	10,1	9,9	5,5	184	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные	170	5,9	7	39,95	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>730</b>	<b>24,6</b>	<b>23</b>	<b>102,85</b>	<b>705</b>	
<b>Четверг 27.11.2025</b>							
Обед	Рассольник Ленинградский, цыпленок отварной	200/20	7	5,4	16,2	166	132/2004 Т-17/1994
	Сосиска отварная	100	10,5	11	0,2	197	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	170/5	5,1	10	47,1	230	ТТК№5814 14/2005
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	12,9	122	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>778</b>	<b>28,8</b>	<b>27,2</b>	<b>107,3</b>	<b>841</b>	
<b>Пятница 28.11.2025</b>							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	200/20	6,9	9	19,8	163	133/2004 Т1/3/1994
	Котлеты мясные	90	12,2	11,4	14,7	234	ТТК №52 ТТК№63
	Рис отварной, масло сливочное	180/7	4,54	10,8	48,6	327	469/1994 14/2005
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК№46
	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>755</b>	<b>28,14</b>	<b>31,8</b>	<b>130,7</b>	<b>934</b>	

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

Согласовано  
Директор



*Средняя  
школа № 15  
«Уч. Зона «Солнышко»»*  
*С.Н. Давыдова*



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	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 24.11.2025</b>							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б, говядина отварная	250/10	9,4	9,5	29,1	218	139/2004 Т/-1996
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	10,9	7,6	4,3	158,1	ТТК№20
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	200/7	6,9	11,8	46,9	345	469/1994 14/2005
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК№46
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>800</b>	<b>29,8</b>	<b>29,3</b>	<b>115</b>	<b>870,1</b>	
<b>Вторник 25.11.2025</b>							
Обед	Борщ Сибирский	250	6,6	5,8	19	208	111/2004
	Рыба по-школьному	100	22,7	6,6	4,1	170	ТТК№39
	Картофельное пюре	190	4,1	10,6	38,3	218	472/1994
	Компот из сухофруктов	200	0,2	0	20,8	84	ТТК№61
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,4	0,8	33	136	ТТК№54
<b>Итого:</b>		<b>806</b>	<b>38</b>	<b>23,8</b>	<b>115,2</b>	<b>816</b>	
<b>Среда 26.11.2025</b>							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на к/б	250	7,4	8,8	24,6	173	124/2004
	Котлета "Улыбка"	100 (70/30)	10	9,8	6,7	183	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные	180	6,3	7,3	42,3	263	469/1994 14/2005
	АК Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	69	629/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	15,9	61	ТТК№54
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
<b>Итого</b>		<b>962</b>	<b>26,1</b>	<b>26,1</b>	<b>114,9</b>	<b>829</b>	
<b>Четверг 27.11.2025</b>							
Обед	Рассольник Ленинградский, цыпленок отварной	250/10	8,2	6,3	19,1	196,4	132/2004 Т-17/1994
	Сосиска отварная	100	10,5	11	0,2	197	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	180/4	5,2	13,3	48,7	274	ТТК№58
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
	Пряник	1/42	2,60	6,00	16,00	62,00	ТН
<b>Итого</b>		<b>819</b>	<b>28,9</b>	<b>37</b>	<b>114,9</b>	<b>855,4</b>	
<b>Пятница 28.11.2025</b>							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	8,4	11	24,3	200	Т1/3/1994133/2004
	Котлеты мясные	100	14,1	13,6	16,3	260	ТТК №63
	Рис отварной	190	4,8	7,6	51,3	290	465/1994
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК№46
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,4	0,8	31,8	136	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>826</b>	<b>32,1</b>	<b>33</b>	<b>142,5</b>	<b>967</b>	

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

Согласовано  
Директор Школы № 15  
Июшкарова Ольга



*Н. Тушев*

Обед от 12 и старше-СВО



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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 24.11.2025</b>							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б, говядина отварная	250/10	9,4	9,5	29,1	218	139/2004 Т/-1996
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	10,9	7,6	4,3	158,1	ТТК№20
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	200/7	6,9	11,8	46,9	345	469/1994 14/2005
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК№46
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>800</b>	<b>29,8</b>	<b>29,3</b>	<b>115</b>	<b>870,1</b>	
<b>Вторник 25.11.2025</b>							
Обед	Борщ Сибирский	250	6,6	5,8	19	208	111/2004
	Рыба по-школьному	100	22,7	6,6	4,1	170	ТТК№39
	Картофельное пюре	190	4,1	10,6	38,3	218	472/1994
	Компот из сухофруктов	200	0,2	0	20,8	84	ТТК№61
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,4	0,8	33	136	ТТК№54
<b>Итого:</b>		<b>806</b>	<b>38</b>	<b>23,8</b>	<b>115,2</b>	<b>816</b>	
<b>Среда 26.11.2025</b>							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на к/б	250	7,4	8,8	24,6	173	124/2004
	Котлета "Улыбка"	100 (70/30)	10	9,8	6,7	183	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные	180	6,3	7,3	42,3	263	469/1994 14/2005
	АК Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	69	629/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	15,9	61	ТТК№54
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
<b>Итого</b>		<b>962</b>	<b>26,1</b>	<b>26,1</b>	<b>114,9</b>	<b>829</b>	
<b>Четверг 27.11.2025</b>							
Обед	Рассольник Ленинградский, цыпленок отварной	250/10	8,2	6,3	19,1	196,4	132/2004 Т-17/1994
	Сосиска отварная	100	10,5	11	0,2	197	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	180/4	5,2	13,3	48,7	274	ТТК№58
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
	Пряник	1/42	2,60	6,00	16,00	62,00	ТН
<b>Итого</b>		<b>819</b>	<b>28,9</b>	<b>37</b>	<b>114,9</b>	<b>855,4</b>	
<b>Пятница 28.11.2025</b>							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	8,4	11	24,3	200	Т1/3/1994133/2004
	Котлеты мясные	100	14,1	13,6	16,3	260	ТТК №63
	Рис отварной	190	4,8	7,6	51,3	290	465/1994
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК№46
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,4	0,8	31,8	136	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>826</b>	<b>32,1</b>	<b>33</b>	<b>142,5</b>	<b>967</b>	
<b>Итого</b>		<b>755</b>	<b>64,2</b>	<b>66</b>	<b>285</b>	<b>1934</b>	

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



Согласовано  
Директор Школы №15  
Исход. № 15/15

*Н. Жукова*



Утверждаю

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

Обед от 12 лет и старше-ОВЗ, многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Вес блюда	Б	Ж	У		
<b>Понедельник 24.11.2025</b>							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б, говядина отварная	250/10	9,1	9,5	29,1	218	139/2004 Т8-1996
	Гуляш из филе цыпленка	60/50	12	8,4	4,8	174	ТТК№20
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	210/7	7,9	9,3	53,55	334	469/1994
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК№46
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>820</b>	<b>31,6</b>	<b>27,6</b>	<b>122,15</b>	<b>875</b>	
<b>Вторник 25.11.2025</b>							
Обед	Борщ Сибирский, цыпленок отварной	250/10	8,86	6,74	18,5	200,3	111/2004, Т-17/1994
	Рыба по-школьному	100	22,7	6,6	4,1	170	ТТК №39
	Картофельное пюре, масло сливочное	210/3	4,3	11	40	250	472/1994 14/2005
	Компот из сухофруктов	200	0,2	0	20,8	84	ТТК№61
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	33	136	ТТК№54
<b>Итого:</b>		<b>806</b>	<b>38,26</b>	<b>24,74</b>	<b>116,4</b>	<b>840,3</b>	
<b>Среда 26.11.2025</b>							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на к/б	250	7,4	8,8	24,6	173	124/2004
	Котлета «Улыбка»	100 (70/30)	10	9,8	6,7	183	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	210/5	7,9	11,2	49,4	346	469/1994 14/2005
	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
	Сок фруктовый в ассортименте	200	0,2	0	10,2	80	ТН
<b>Итого</b>		<b>1005</b>	<b>27,7</b>	<b>30</b>	<b>119</b>	<b>903</b>	
<b>Четверг 27.11.2025</b>							
Обед	Рассольник Ленинградский, цыпленок отварной	250/20	8,5	6,6	19,9	204	132/2004 Т-17/1994
	Сосиска отварная	100	10,5	11	0,2	197	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	180/5	5,4	10,6	50,1	242	ТТК№58 14/2005
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
	Пряник	1/42	2,6	6	13,8	62	ТН
<b>Итого</b>		<b>830</b>	<b>29,4</b>	<b>34,6</b>	<b>114,9</b>	<b>831</b>	
<b>Пятница 28.11.2025</b>							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	8,4	11	24,3	200	117/1994 133/2004
	Котлеты мясные	100	14,1	13,6	16,3	260	ТТК №63
	Рис отварной, масло сливочное	210/10	5	13,6	56,7	394	465/1994 14/2005
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК№46
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	19,6	68	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>823</b>	<b>30,1</b>	<b>38,6</b>	<b>135,7</b>	<b>1003</b>	

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



Согласовано  
Директор Школы № 176  
г. Йошкар-Ола

*С.А. Журиков*



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

Обед с 7-12 лет вторая смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 24.11.2025</b>							
Обед	Салат из квашенной капусты	60	0	3	3,6	27	ТТК№50
	Суп картофельный с бобовыми на к/б, говядина отварная	200/20	6,1	7,6	23,3	174	139/2004 Т8-1996
	Плов по-домашнему (с говядиной)	70/150	16	15,6	32,3	352	ТТК №7
	АК 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	1/33	2,2	0,4	11,9	68	ТТК№54
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
<b>Итого</b>		<b>965</b>	<b>26,7</b>	<b>26,8</b>	<b>109,4</b>	<b>822</b>	
<b>Вторник 25.11.2025</b>							
Обед	Борщ Сибирский, цыпленок отварной	200/20	7,1	6,8	15,4	171	111/2004, Т-17/1994
	Гуляш	50/50	9,4	6	3,5	135	437/2004
	Каша гречневая рассыпчатая, масло сливочное	180/10	3,8	8,2	32,7	243	Т4/1994, 14/2005
	АК Напиток Витаминный	200	0,3	0,14	19,5	82	ТТК№59
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	3	4,4	9,4	60	ТН
	Печенье Сормовское	1/50	1,1	1,7	13,8	40	ТН
<b>Итого:</b>		<b>993</b>	<b>26,9</b>	<b>27,64</b>	<b>110,2</b>	<b>799</b>	
<b>Среда 26.11.2025</b>							
Обед	Помидор свежий	60	0,66	0,12	2,34	10,8	ТН
	Щи из свежей капусты с картофелем, фрикадельки мясные	200/20	5,1	5,7	18,1	129	124/2004 112/2004
	Котлета «Улыбка»	110 (80/30)	10,1	10	5,9	166	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	200/10	5,9	11,1	20,1	167	469/1994 14/2005
	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	15,8	77	585/1994
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	12,9	68	ТТК№54
	Фрукт: апельсин свежий	1/200	0,6	0	12	60	ТН
<b>Итого</b>		<b>1278</b>	<b>26,86</b>	<b>27,52</b>	<b>110,2</b>	<b>818,8</b>	
<b>Четверг 27.11.2025</b>							
Обед	Огурец свежий	60,0	0,48	0,06	2,16	9	ТН
	Рассольник Ленинградский, цыпленок отварной	200/20	5	5,4	16,2	166	132/2004 Т-17/1994
	Рыба по-школьному	90	10	5,4	3,7	153	ТТК№39
	Картофельное пюре	200	4	11,2	28,9	248	472/1994
	Напиток апельсиновый	200	0	0	19,8	77	699/2004
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	3	4,4	9,4	60	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	51	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	58	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>1028</b>	<b>26,58</b>	<b>27,06</b>	<b>109</b>	<b>822</b>	
<b>Пятница 28.11.2025</b>							
Обед	Помидор свежий	60	0,36	0	2,28	8,4	ТН
	Суп картофельный/рыбная консерва	200/20	6,3	7,24	18,15	149,42	133/2004 Т1/3/1994
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	100 (50/50)	10	8,2	11,3	165	ТТК №52 528/3/1994
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	200/10	5,9	11,1	23,1	167	469/1994 14/2005
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	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
	Фрукт: груша свежая	1 шт (1/200)	0,48	0	9,27	48	ТН
<b>Итого</b>		<b>1223</b>	<b>25,64</b>	<b>26,94</b>	<b>105,2</b>	<b>743,82</b>	

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