



*Гусинов*



5

Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
<b>Понедельник 01.12.2025</b>							
Завтрак	Сосиска отварная	100	7,15	6	0,2	137	ТТК№100,1
	Каша гречневая рассыпчатая, масло сливочное	170/10	5,1	8,8	20	173	ТТК№58 14/2005
	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
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
	Пирожное "Барни" бисквитное	1/30	4,3	4,5	16	69	ТН
<b>Итого</b>		<b>750</b>	<b>19,25</b>	<b>19,7</b>	<b>77,5</b>	<b>587</b>	
<b>Вторник 02.12.2025</b>							
Завтрак	Бифштекс Детский	90	9,3	8,7	5,4	249	ТТК№11
	Рис отварной, масло сливочное	200/10	2,5	6,5	17,9	201	465/1994 14/2005
	АК Напиток ягодный	200	0,3	0	17,2	71	ТТК№64
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	3	3,4	9,4	80	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
<b>Итого:</b>		<b>758</b>	<b>19,2</b>	<b>19,2</b>	<b>78,7</b>	<b>730</b>	
<b>Среда 03.12.2025</b>							
Завтрак	Сырники из рикотты, соус сладкий	170 (130/40)	14,44	16,11	44,5	297	ТТК№72, 67
	Напиток апельсиновый	200	0	0	19,8	77	699/2004
	Йогурт	1/130	4,81	3,64	15,47	113,88	ТН
<b>Итого</b>		<b>500</b>	<b>19,25</b>	<b>19,75</b>	<b>79,77</b>	<b>487,88</b>	
<b>Четверг 04.12.2025</b>							
Завтрак	Рыба по-школьному	90	10	3,4	3,7	123	ТТК№39
	Картофельное пюре, масло сливочное	160/5	5,53	11,57	19,28	185	472/1994 14/2005
	АК 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
	Печенье "Чоко Пай"	1/30	1,35	5,1	20,1	126	ТН
<b>Итого</b>		<b>518</b>	<b>19,28</b>	<b>20,47</b>	<b>79,78</b>	<b>586</b>	
<b>Пятница 05.12.2025</b>							
Завтрак	Огурец свежий	60	0,48	0,06	2,16	9	ТН
	Птица запеченная (бедро)	120	13,08	12,5	0,5	221	ТТК №32.1
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	180/5	3	6,99	35,7	250	469/1994 14/2005
	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	15,8	77	585/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Фрукт: апельсин свежий	1/200	0,6	0	12	60	ТН
<b>Итого</b>		<b>790</b>	<b>19,26</b>	<b>19,75</b>	<b>79,06</b>	<b>678</b>	

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

Согласовано  
 15  
 Директор Школы №15  
 общеобразовательная  
 школа №15  
 г. Йошкар-Ола  
 [Подпись]

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

Завтрак от 12 лет и старше - родительская плата

Присекция пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж			
<b>Понедельник 01.12.2025</b>							
Завтрак	Сосиска отварная	100	10,5	11	0,2	187	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	210/6	6,19	14,18	45,45	304,28	ТТК№58 14/2005
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,3	0,4	15,9	68	ТТК№54
	Хлеб пшеничный	1/25	2,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>581</b>	<b>22,19</b>	<b>25,78</b>	<b>89,65</b>	<b>680,28</b>	
<b>Вторник 02.12.2025</b>							
Завтрак	Котлета мясная	100	14,1	13,6	16,3	260	ТТК№63
	Рис отварной	220	5,5	6,2	42,2	239	465/1994
	Напиток ягодный	200	0,6	0	24,8	97	ТТК№64
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,3	0,4	15,9	68	ТТК№54
<b>Итого:</b>		<b>553</b>	<b>22,5</b>	<b>20,2</b>	<b>99,2</b>	<b>664</b>	
<b>Среда 03.12.2025</b>							
Завтрак	Яйца вареные	1 шт(40)	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	Каша пшеничная молочная, масло сливочное	220/5	11,18	16,4	51,14	346	T4/2004, 14/2005
	Напиток апельсиновый	200	0	0	19,8	77	699/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
	Хлеб пшеничный	1/25	2,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Фрукт: яблоко свежее	1 шт (1/150)	0,6	0	12	70	ТН
<b>Итого</b>		<b>673</b>	<b>21,98</b>	<b>21,6</b>	<b>112,04</b>	<b>685</b>	
<b>Четверг 04.12.2025</b>							
Завтрак	Котлета рыбная	100	16,3	13,2	13,1	220	388/2004 472/1994,
	Картофельное пюре, масло сливочное	200/4	4,2	16,5	29,2	277,6	14/2005
	АК Компот из сухофруктов	200	0,2	0	20,8	84	ТТК№61
	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>562</b>	<b>24,8</b>	<b>30,3</b>	<b>91,9</b>	<b>710,6</b>	
<b>Пятница 05.12.2025</b>							
Завтрак	Птица запеченная (бедро)	100	13,4	13,5	0,2	208	ТТК №32.1
	Макаронные изделия отварные	180	5,2	9,4	43,12	264,27	469/1994
	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	15,8	77	585/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>513</b>	<b>21</b>	<b>23,3</b>	<b>75,02</b>	<b>617,27</b>	

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



Согласованная  
Директор Школы № 75  
Исмаилов

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

Полдник от 7 до 12 лет ОВЗ и многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 01.12.2025</b>							
Полдник	Котлета куриная рубленая	50	7,2	7,8	5,1	116	ТТК №52
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	200/8	5,9	14,1	47,1	331	469/1994 14/2005
	Напиток ягодный	200	0,3	0	17,2	71	ТТК №64
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
<b>Итого</b>		<b>658</b>	<b>13,6</b>	<b>21,9</b>	<b>79,6</b>	<b>598</b>	
<b>Вторник 02.12.2025</b>							
Полдник	Пудинг с фруктами, соус сладкий	200/40	2,98	16,51	56	269,79	ТТК №51 ТТК №67
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	200	5	6,4	9,4	120	ТН
	<b>Итого:</b>		<b>640</b>	<b>8,18</b>	<b>22,91</b>	<b>80,4</b>	<b>447,79</b>
<b>Среда 03.12.2025</b>							
Полдник	Гуляш	100 (50/50)	16,4	6	3,5	135	437/2004
	Рис отварной	190	4,35	7,76	46,83	258,17	465/1994
	Напиток ягодный	200	0,3	0	17,2	71	ТТК №64
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК №54
<b>Итого</b>		<b>515</b>	<b>22,95</b>	<b>13,96</b>	<b>80,43</b>	<b>525,17</b>	
<b>Четверг 04.12.2025</b>							
Полдник	Манник	200	7,8	17,5	69,3	344	ТТК №5
	Сладкая подлива	25	0,65	0	10,8	41,5	ТТК №25
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК №46
	Фрукт: апельсин свежий	1 шт (1/200)	0,6	0	12	60	ТН
<b>Итого</b>		<b>625</b>	<b>9,45</b>	<b>17,5</b>	<b>110,9</b>	<b>526,5</b>	
<b>Пятница 05.12.2025</b>							
Полдник	Сосиски молочные	100	10,5	11	0,2	187	ТТК №100.1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	170/5	5,3	7,78	38,8	220,69	ТТК №58 14/2005
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК №54
	Фрукт: яблоко свежее	1 шт (1/150)	0,6	0	12	70	ТН
<b>Итого</b>		<b>657</b>	<b>18,6</b>	<b>18,98</b>	<b>79,1</b>	<b>598,69</b>	

\*Стоимость 1 комплекса на 1 учащегося составляет 82 рубля



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 01.12.2025</b>							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, цыпленок отварной	200/20	8	6,8	28,95	155	140/2004 Т17/1994
	Сосиска отварная	100	7,5	6	0,2	175	ТТК №100,1
	Каша гречневая рассыпчатая, масло сливочное	150/10	4,5	7,5	25	183	ТТК №58 14/2005
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	629/1994
	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
	Пирожное "Барни" бисквитное	1/30	4,3	4,5	15	69	ТН
<b>Итого</b>		<b>943</b>	<b>26,9</b>	<b>25,2</b>	<b>110,25</b>	<b>788</b>	
<b>Вторник 02.12.2025</b>							
Обед	Борщ с капустой и картофелем на к/б, фрикадельками мясные	200/20	7	5,6	11,9	136	110/2004 112/2004
	Бифштекс Детский	90	9,3	8,7	5,4	249	ТТК №11
	Рис отварной, масло сливочное	170/5	4,3	8,9	41,3	192	465/1994 14/2005
	АК Напиток ягодный	200	0,6	0	24,8	97	ТТК №64
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	3	3,4	9,4	80	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,3	0,4	15,9	68	ТТК №54
<b>Итого:</b>		<b>918</b>	<b>26,5</b>	<b>27</b>	<b>108,7</b>	<b>822</b>	
<b>Среда 03.12.2025</b>							
Обед	Рассольник Ленинградский, цыпленок отварной	200/20	5,6	3,4	10	166	132/2004 Т-17/1994
	Птица запеченная (голень)	90	9,84	5	0,2	173	ТТК №4.1
	Каша гречневая рассыпчатая, масло сливочное	190/10	5,2	15	30,3	212	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
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК №54
	Печенье "Орио"	1/38	1,86	3,6	25,84	82	ТН
<b>Итого</b>		<b>813</b>	<b>26,9</b>	<b>27,6</b>	<b>110,34</b>	<b>822</b>	
<b>Четверг 04.12.2025</b>							
Обед	Суп картофельный с бобовыми, на к/б, фрикадельки мясные	200/20	5,4	9	23,5	175	132/2004 112/2004
	Рыба по-школьному	90	10	3,4	3,7	123	ТТК №39
	Картофельное пюре, масло сливочное	160/5	5,53	11,5	19,28	185	472/1994 14/2005
	АК Компот из сухофруктов	200	0,2	0	20,8	84	ТТК №61
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК №54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,3	0,4	15,9	68	ТТК №54
	Печенье "Чоко Пай"	1/30	1,35	3	14,1	126	ТН
<b>Итого</b>		<b>763</b>	<b>26,68</b>	<b>27,5</b>	<b>110,18</b>	<b>822</b>	
<b>Пятница 05.12.2025</b>							
Обед	Огурец свежий	60,0	0,48	0,06	2,16	9	ТН
	Суп-лапша домашняя, цыпленок отварной	200/20	6	5,7	14	107	148/2004 Т-17/1994
	Птица запеченная (бедро)	120	13,08	12,5	0,5	221	ТТК №32.1
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	200/5	4	7,96	47	280	469/1994 14/2005
	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	15,8	77	585/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,3	0,4	15,9	68	ТТК №54
	Фрукт: апельсин свежий	1/200	0,45	0	9	52,5	ТН
<b>Итого</b>		<b>988</b>	<b>26,51</b>	<b>26,62</b>	<b>104,36</b>	<b>814,5</b>	

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



Полдник ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
<b>Понедельник 01.12.2025</b>							
Полдник	Печенье «Юбилей»	3/17	0,98	2,33	8,55	59,25	ТН
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Фрукт: яблоко свежее	1 шт (1/150)	0,6	0	12	70	ТН
<b>Итого</b>		<b>408</b>	<b>1,88</b>	<b>2,33</b>	<b>35,75</b>	<b>189,25</b>	
<b>Вторник 02.12.2025</b>							
Полдник	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Фрукт: груша свежая	1шт (1/200)	0,6	0	12	60	ТН
<b>Итого:</b>		<b>407</b>	<b>0,9</b>	<b>0</b>	<b>27,2</b>	<b>120</b>	
<b>Среда 03.12.2025</b>							
Полдник	Печенье «Юбилей»	3/17	0,98	2,33	8,55	59,25	ТН
	Компот из сухофруктов	200	0,2	0	20,8	84	ТТК№61
	Фрукт: яблоко свежее	1 шт (1/150)	0,6	0	12	70	ТН
<b>Итого</b>		<b>401</b>	<b>1,78</b>	<b>2,33</b>	<b>41,35</b>	<b>213,25</b>	
<b>Четверг 04.12.2025</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 05.12.2025</b>							
Полдник	Пряник	1/42	2,6	6	13,8	62	ТН
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	5	6,4	9,4	120	ТН
<b>Итого</b>		<b>442</b>	<b>7,8</b>	<b>12,4</b>	<b>38,2</b>	<b>240</b>	

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



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 01.12.2025</b>							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, цыпленок отварной	200/20	8	6,8	29,3	155	140/2004 Т-17/1994
	Плов по-домашнему с филе куриным	260 (50/210)	16,9	19,8	45	419	ТТК№2/2
	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
<b>Итого</b>		<b>705</b>	<b>27</b>	<b>26,8</b>	<b>97,4</b>	<b>715</b>	
<b>Вторник 02.12.2025</b>							
Обед	Борщ с капустой и картофелем н/к, фрикадельки мясные	220/20	7,1	5,6	11,9	136	110/2004 112/2004
	Птица запеченная(бедро)	90	11	10,4	0,2	187	ТТК№32.1
	Каша пшеничная вязкая, масло сливочное	200/5	5,5	13	48	291,11	463/1994, 14/2005
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,6	58	628/1994
	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>793</b>	<b>27,9</b>	<b>29,6</b>	<b>104,5</b>	<b>801,11</b>	
<b>Среда 03.12.2025</b>							
Обед	Рассольник Ленинградский, цыпленок отварной	200/20	8,6	6,4	16,2	166	132/2004 Т-17/1994
	Котлета мясная	90	12,2	11,4	14,7	234	ТТК№63
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	160/5	5,6	14,66	37,6	248,89	469/1994 14/2005
	АК Напиток ягодный	200	0,3	0	17,2	71	ТТК№64
	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>733</b>	<b>30,8</b>	<b>33,06</b>	<b>114,5</b>	<b>848,89</b>	
<b>Четверг 04.12.2025</b>							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б, фрикадельки мясные	220/20	9,4	9,17	23,5	214	139/2004 112/2004
	Сосиска отварная	100	10,5	11	0,2	197	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	180/5	5,4	8,1	42,1	205	ТТК№58 14/2005
	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>758</b>	<b>27,9</b>	<b>28,67</b>	<b>100,5</b>	<b>765</b>	
<b>Пятница 05.12.2025</b>							
Обед	Суп лапша домашняя, цыпленок отварной	200/10	5,7	5,44	11,07	130,77	148/2004, Т-17/1994
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	100 (50/50)	10	8,2	11,3	164	ТТК№52, 528/3/1994
	Рис отварной	200	4,95	11,47	53,54	354	465/1994 14/2005
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	ТТК№46
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,4	0,8	31,8	136	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>776</b>	<b>25,25</b>	<b>25,91</b>	<b>122,7</b>	<b>842,77</b>	

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

Согласовано

Директор Школы № 15

Общественное образовательное учреждение  
«Школа № 15»  
Июшкар-Олы

*А.В. Усков*



Утверждаю

Директор МАУ "Центр детского

здорового питания"

А.В.Усков

Обед от 12 и старше за родительскую плату

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
<b>Понедельник 01.12.2025</b>							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями на к/б	250	3,5	3,3	23,9	129	140/2004
	Плов по-домашнему с филе куриным	240 (50/190)	15,6	18,27	41,5	386,76	ТТК№2/2
	АК Напиток ягодный	200	0,3	0	17,2	71	ТТК№64
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,5	0,8	31,8	136	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>956</b>	<b>24,1</b>	<b>22,37</b>	<b>124,6</b>	<b>802,76</b>	
<b>Вторник 02.12.2025</b>							
Обед	Борщ с капустой, картофелем на к/б, фрикадельки мясные	250/20	6,4	4,4	28,8	196	110/2004 114/2004
	Птица запеченная (бедро)	100	13,4	13,5	0,2	208	ТТК №32,1
	Каша пшеничная вязкая	190	5,5	6,86	48,24	251	463/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,5	0,8	31,8	136	ТТК№54
<b>Итого:</b>		<b>826</b>	<b>30</b>	<b>25,56</b>	<b>124,04</b>	<b>849</b>	
<b>Среда 03.12.2025</b>							
Обед	Рассольник Ленинградский, цыпленок отварной	250/20	9,8	7,4	20,2	203	132/2004 Т-17/1994
	Котлета мясная	100	14,1	13,6	16,3	260	ТТК№63
	Макаронные изделия отварные	220	7,81	5,17	51,81	281,6	469/1994
	АК Напиток ягодный	200	0,3	0	17,2	71	ТТК№64
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>823</b>	<b>34,21</b>	<b>26,57</b>	<b>121,41</b>	<b>883,6</b>	
<b>Четверг 04.12.2025</b>							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б, фрикадельки	250/20	13,1	11,9	28,8	262	139/2004 112/2004
	Сосиска отварная	100	10,5	11	0,2	197	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	200/4	6	8,6	1,2	242,2	ТТК№58 14/2005
	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>807</b>	<b>32,2</b>	<b>31,9</b>	<b>64,9</b>	<b>850,2</b>	
<b>Пятница 05.12.2025</b>							
Обед	Суп-лапша домашняя, цыпленок отварной	250/10	13,58	5,39	19,93	170,44	148/2004 Т-17/1994
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	100 (50/50)	10	8,2	11,3	164	ТТК№52, 528/3/1994
	Рис отварной	190	4,8	4	38,42	228,84	465/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	4,4	0,8	31,8	136	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>808</b>	<b>34,88</b>	<b>18,59</b>	<b>129,35</b>	<b>818,28</b>	

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

Согласовано  
Директор Школы № 15

*Средняя общеобразовательная школа № 15*  
*Юлия Юльевна*



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

Обед от 12 лет и старше -ОВЗ, многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Вес		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У	ккал		
<b>Понедельник 01.12.2025</b>								
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, цыпленок отварной	250/20	13,3	7,1	26,6	181	140/2004 Т17/1994	
	Плов по-домашнему с филе куриным	200 (50/150)	14,08	15,06	34,58	351,1	ТТК №2/2	
	АК Напиток ягодный	200	0,3	0	17,2	71	ТТК №64	
	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	
<b>Итого</b>		<b>895</b>	<b>29,78</b>	<b>22,36</b>	<b>101,5</b>	<b>744,1</b>		
<b>Вторник 02.12.2025</b>								
Обед	Борщ с капустой картофелем на к/б, фрикадельки мясные	250/20	6,4	4,4	28,8	196	110/2004 112/2004	
	Птица запеченная (бедро)	100	13,4	13,5	0,2	208	ТТК №32.1	
	Каша пшеничная вязкая	180	5,04	8,01	49,5	257,4	463/1994	
	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	
	Пряник	1/42	2,6	6	13,8	62	ТН	
<b>Итого:</b>		<b>825</b>	<b>29,84</b>	<b>32,31</b>	<b>123,2</b>	<b>849,4</b>		
<b>Среда 03.12.2025</b>								
Обед	Рассольник Ленинградский, цыпленок отварной	250/20	9,8	7,4	20,2	203	132/2004 Т-17/1994	
	Котлета мясная	100	14,1	13,6	16,3	260	ТТК №63	
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	200/7	7	9,82	47	309,2	469/1994 14/2005	
	АК Напиток ягодный	200	0,3	0	17,2	71	ТТК №64	
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК №54	
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	4,4	0,8	15,9	68	ТТК №54	
<b>Итого</b>		<b>835</b>	<b>37,5</b>	<b>31,82</b>	<b>129,5</b>	<b>972,2</b>		
<b>Четверг 04.12.2025</b>								
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б, фрикадельки мясные	250/20	13,1	11,9	28,8	262	139/2004 112/2004	
	Сосиски отварные	100	10,5	11	0,2	197	ТТК №100,1	
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	200/9	5,72	13,35	46,82	284,42	ТТК №58 14/2005	
	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>845</b>	<b>34,12</b>	<b>37,05</b>	<b>126,4</b>	<b>960,42</b>		
<b>Пятница 05.12.2025</b>								
Обед	Суп-лапша домашняя, цыпленок отварной	250/20	14,1	5,6	20,7	177	148/2004 Т-17/1994	
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	100 (50/50)	10	8,2	11,3	164	ТТК №52, 528/3/1994	
	Рис отварной	210	5	1,26	57,65	305,55	465/1994	
	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	
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК №54	
<b>Итого</b>		<b>838</b>	<b>33,4</b>	<b>15,66</b>	<b>133,5</b>	<b>833,55</b>		

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

Согласовано  
Директор Школы № 15

*А.В. Усков*



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

Обед от 12 и старше-СВО

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
<b>Понедельник 01.12.2025</b>							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями на к/б	250	3,5	3,3	23,9	129	140/2004
	Плов по-домашнему с филе куриным	240 (50/190)	15,6	18,27	41,5	386,76	ТТК№2/2
	АК Напиток ягодный	200	0,3	0	17,2	71	ТТК№64
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,5	0,8	31,8	136	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>956</b>	<b>24,1</b>	<b>22,37</b>	<b>124,6</b>	<b>802,76</b>	
<b>Вторник 02.12.2025</b>							
Обед	Борщ с капустой, картофелем на к/б, фрикадельки мясные	250/20	6,4	4,4	28,8	196	110/2004 112/2004
	Птица запеченная (бедро)	100	13,4	13,5	0,2	208	ТТК №32,1
	Каша пшеничная вязкая	190	5,5	6,86	48,24	251	463/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,5	0,8	31,8	136	ТТК№54
<b>Итого:</b>		<b>826</b>	<b>30</b>	<b>25,56</b>	<b>124,04</b>	<b>849</b>	
<b>Среда 03.12.2025</b>							
Обед	Рассольник Ленинградский, цыпленок отварной	250/20	9,8	7,4	20,2	203	132/2004 Т-17/1994
	Котлета мясная	100	14,1	13,6	16,3	260	ТТК№63
	Макаронные изделия отварные	220	7,81	5,17	51,81	281,6	469/1994
	АК Напиток ягодный	200	0,3	0	17,2	71	ТТК№64
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,2	0,4	15,9	68	ТТК№54
<b>Итого</b>		<b>823</b>	<b>34,21</b>	<b>26,57</b>	<b>121,41</b>	<b>883,6</b>	
<b>Четверг 04.12.2025</b>							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б, фрикадельки	250/20	13,1	11,9	28,8	262	139/2004 112/2004
	Сосиска отварная	100	10,5	11	0,2	197	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	200/4	6	8,6	1,2	242,2	ТТК№5814/20 05 14/2005
	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>807</b>	<b>32,2</b>	<b>31,9</b>	<b>64,9</b>	<b>850,2</b>	
<b>Пятница 05.12.2025</b>							
Обед	Суп-лапша домашняя, цыпленок отварной	250/10	13,58	5,39	19,93	170,44	148/2004 Т-17/1994
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	100 (50/50)	10	8,2	11,3	164	ТТК№52, 528/3/1994
	Рис отварной	190	4,8	4	38,42	228,84	465/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	4,4	0,8	31,8	136	ТТК№54
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК №54
<b>Итого</b>		<b>808</b>	<b>34,88</b>	<b>18,59</b>	<b>129,35</b>	<b>818,28</b>	

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