

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г.ЙОШКАР-ОЛЫ»
МАУ «Центр детского здорового питания г. Йошкар-Олы»



СОГЛАСОВАНО:

Директор Школы № 15

И. Ф. Н. Демонье



УТВЕРЖДАЮ:

Директор
МАУ «Центр детского здорового питания»

А. В. Усков

А.В.Усков

Перспективное десятидневное меню с 20.04.2026

Завтрак от 7 до 12 лет

Для организации детского питания детей
в образовательных учреждениях г. Йошкар-Олы

Возрастная группа: от 7-11 лет

Завтрак с 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Завтрак	Гарнировка: Кукуруза сладкая	60	1,5	0,3	13,8	66	ТН
	Плов по-домашнему	50/160	14	12,5	29,4	290	ТТК№2
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
	Кондитерское изделие в ассортименте	1/30	1,15	5,9	9,8	101	ТН
Итого:		533	19,25	19,1	84,9	587	
Вторник							
Завтрак	Гуляш из филе цыпленка	60/50	10	9	4,62	173,8	ТТК№20
	Каша гречневая рассыпчатая	200	5,1	8	26	206,6	Т4/1994
	АК Напиток Витаминный	200	0,3	0,14	19,5	82	ТТК№59
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	26,8	122	ТТК№54
Итого:		560	19,2	17,54	76,92	584,4	
Среда							
Завтрак	Блины с повидлом	140	8,96	7,98	12	250	ТТК№104
	Каша рисовая молочная, масло сливочное	180/6	8,2	7,59	30	150	Т4/2004 14/2005
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103,3	762/3/1997
	Фрукты в ассортименте	1/100	0,6	0,6	15	78	ТН
Итого:		626	19,16	17,77	77,4	581,3	
Четверг							
Завтрак	Котлета рыбная	90	7,83	4,68	7,47	100,8	324/1994
	Картофельное пюре, масло сливочное	180/5	4,8	12,7	16	233,2	472/1994 14/2005
	АК Компот из свежих яблок и ягод	200	0,1	0	15,6	99	ТТК№37
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
Итого:		533	17,03	17,98	68,87	566	
Пятница							
Завтрак	Гарнировка: Огурец свежий	1/60	0,4	0	2,2	9	ТН
	Жаркое по-домашнему	50/190	16	18	47,1	342	436/2004
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
Итого:		525	18,5	18,2	77,2	470	

Завтрак с 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Завтрак	Салат из квашеной капусты	60	0	3	4,86	27,2	ТТК№72
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	100 (50/50)	8,35	9,3	9,2	150	ТТК№52 528/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	180	5,8	2,4	20	173,8	Т4/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Кондитерское изделие в ассортименте	1/30	1,8	4,8	11,3	117	ТН
Итого:		595	18,05	19,7	73,26	587	
Вторник							
Завтрак	Гуляш из филе цыпленка	50/50	12	5,6	4,2	158	ТТК№20
	Рис отварной	200	4,8	13	18,3	242	465/1994
	АК Компот из свежих плодов	200	0,2	0	37,6	115	585/3/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
Итого:		533	19,4	19	77	587	
Среда							
Завтрак	Бутерброд с повидлом	5/20/25	3,5	4,3	22,5	134	2/2004
	Яйца вареные	1/40	5,1	4,6	0,3	63	324/3/1997
	Каша пшеничная молочная, масло сливочное	150/10	8,5	6,96	20	208,7	Т4/2004 14/2005
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103,3	762/3/1997
	Фрукт: Яблоко свежее	1/150	0,6	0,6	15	78	ТН
Итого:		600	19,1	18,06	78,2	587	
Четверг							
Завтрак	Гарнировка: Огурец свежий	1/60	0,4	0	2,2	9	ТН
	Фрикадельки в соусе	105 (55/50)	11,6	12	12,7	234	469/2004
	Картофельное пюре	190	3,99	6	27,74	207,1	472/1994
	АК Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
Итого:		595	18,69	18,4	74,74	582,1	

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г.ЙОШКАР-ОЛЫ»
МАУ «Центр детского здорового питания г. Йошкар-Олы»



СОГЛАСОВАНО:
Директор Школы № 15

[Handwritten signature]



УТВЕРЖДАЮ:
Директор
МАУ «Центр детского здорового питания»

[Handwritten signature]
А.В.Усков

Перспективное десятидневное меню с 20.04.2026
Обед от 12 лет и старше -сво, овз, многодетные
Для организации детского питания детей
в образовательных учреждениях г. Йошкар-Олы

Возрастная группа: от 12 лет и старше

Обед от 12 и старше СВО, ОВЗ, Многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Обед	Суп картофельный с бобовыми, цыпленок отварной	250/20	14	12,5	31,1	302	139/2004 Т17/1994
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	50/50	8,35	9,3	9,2	150	ТТК№52 528/1994
	Макаронные изделия отварные	210	4,9	5,74	37	191,8	469/1994
	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 пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
Итого:		1005	29,55	27,74	115,4	842,8	
Вторник							
Обед	Борщ Сибирский на к/б, говядина отварная	250/10	9,2	6,2	19	174,4	111/2004 Т8/1996
	Крокеты рыбные	100	13,4	11,6	13,2	213	ТТК№60
	Картофельное пюре, масло сливочное	200/5	4,2	12,6	32,1	255	472/1994
	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	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
Итого:		823	31,3	31	114,9	859,4	
Среда							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на к/б, фрикадельки мясные	250/20	9,1	6,5	10,7	230	124/2004 112/2004
	Котлета "Улыбка"	60/40	10	13	19	250	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные	180	4,2	8	55	280	469/1994
	АК Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	58	629/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
	Пряник	1/42	2,6	5	13,8	62	ТН
Итого:		832	28,6	32,9	130,6	952	
Четверг							
Обед	Рассольник Ленинградский, цыпленок отварной	250/10	10	6,5	36	168,5	132/2004 Т17/1994
	Жаркое "Сюрприз"	55/205	14	21	41,4	496	ТТК№30
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
	Печенье Сормовское	1/50	4	6,5	33	210	ТН
Итого:		803	30,6	34,4	142,3	1004,5	
Пятница							
Обед	Суп картофельный, консерва рыбная	250/20	9	9	33	220	133/2004 Т1/1994
	Котлета "Домашняя" с соусом красным основным	70/30	11,13	13,6	8	200	271/2005 528/1994
	Рис отварной	180	4,56	7,2	39	256	465/1994
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	26,8	122	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
Итого:		833	31,09	30,6	133,9	950	

Обед от 12 и старше СВО, ОБЗ, Многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, цыпленок отварной	250/20	8,7	3,9	16,3	155	140/2004 Т17/1994
	Плов по-домашнему с филе куриным	50/210	16	24	45	438	ТТК№2/2
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК№46
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	26,8	122	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
Итого:		1013	31,5	28,7	134	948	
Вторник							
Обед	Борщ с капустой и картофелем, фрикадельки мясные	250/20	9	9,6	25	160,25	110/2004 112/2004
	Птица запеченная (бедро)	100	9	12,3	0,2	209,3	ТТК№32,1
	Каша пшенная вязкая, масло сливочное	200/8	8	9,7	57,9	350	Т4/1994 14/2005
	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	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
Итого:		836	30,5	32,2	127,9	910,55	
Среда							
Обед	Рассольник Ленинградский, цыпленок отварной	250/20	10,06	7	25,8	194,5	132/2004 Т17/1994
	Котлеты мясные	100	13,1	13,6	16,3	260	ТТК№63
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	210/8	4	8,6	44	250	469/1994 14/2005
	АК Напиток Ягодный	200	0,04	0	16,6	69	ТТК№64
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
Итого:		846	31,5	29,8	132,5	906,5	
Четверг							
Обед	Суп картофельный с бобовыми, фрикадельки мясные	250/20	13,9	14	41,1	264	139/2004 112/2004
	Гречка по-купечески с филе куриным	50/160	15,3	15,5	35,7	353	ТТК№71
	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 пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
Итого:		905	31,5	29,7	114,9	816	

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г.ЙОШКАР-ОЛЫ»
МАУ «Центр детского здорового питания г. Йошкар-Олы»



СОГЛАСОВАНО:

«Средняя общеобразовательная школа № 15 г. Йошкар-Олы»
Директор Школы № 15

С.М. Гусинов



УТВЕРЖДАЮ:

Директор
МАУ «Центр детского здорового питания»

А.В. Усков
А.В.Усков

Перспективное десятидневное меню с 20.04.2026

Обед от 7 до 12 лет - вторая смена

Для организации детского питания детей
в образовательных учреждениях г. Йошкар-Олы

Возрастная группа: от 7-11 лет

Обед с 7-12 лет вторая смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Обед	Гарнировка: Кукуруза сладкая	60	1,5	0,3	13,8	66	ТН
	Суп картофельный с бобовыми, цыпленок отварной	200/20	5,3	6,6	5,5	159	139/2004 Т17/1994
	Плов по-домашнему	50/160	14	12,5	29,4	290	ТТК№2
	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№54
	Кондитерское изделие в ассортименте	1/30	1,15	5,9	9,8	101	ТН
Итого:		786	26,95	26,1	107,3	818	
Вторник							
Обед	Борщ Сибирский на к/б	200	5,7	3,6	15,2	119	111/2004
	Гуляш из филе цыпленка	60/50	10	13	10	173,8	ТТК№20
	Каша гречневая рассыпчатая	200	5,1	8	26	206,6	Т4/1994
	Напиток Витаминный	200	0,3	0,14	19,5	82	ТТК№59
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
Итого:		768	25,4	25,34	100,5	714,4	
Среда							
Обед	Гарнировка: Огурец свежий	1/60	0,4	0	2,2	9	ТН
	Щи из свежей капусты с картофелем на к/б, фрикадельки мясные	200/20	4,5	5,6	8,6	114,9	124/2004 112/2004
	Котлеты мясные	90	12,7	12,2	14,7	234	ТТК№63
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	200/5	2,7	9	21,9	219,6	469/1994 14/2005
	АК Мандариновый напиток	200	1,8	0,04	26	101	ТТК№73
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	144	ТТК№54
Итого:		841	26,9	27,64	107,2	822,5	
Четверг							
Обед	Рассольник Ленинградский, цыпленок отварной	200/20	9	6	35,2	166	132/2004 Т17/1994
	Котлета рыбная	90	7,83	4,68	7,47	100,8	324/1994
	Картофельное пюре, масло сливочное	180/5	4,8	12,7	16	233,2	472/1994
	Компот из свежих яблок и ягод	200	0,1	0	15,6	99	ТТК№37
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
Итого:		753	26,03	23,98	104,07	732	
Пятница							
Обед	Гарнировка: Огурец свежий	1/60	0,4	0	2,2	9	ТН
	Суп картофельный, консерва рыбная	200/20	8	8	30	235	133/2004 Т1/1994
	Жаркое по-домашнему	50/190	16	18	47,1	342	436/2004
	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
Итого:		745	26,5	26,2	107,2	705	

Обед с 7-12 лет вторая смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Обед	Салат из квашеной капусты	60	0	3	4,86	27,2	ТТК№72
	Суп картофельный с макаронными изделиями, цыпленок отварной	200/20	8	5	19,3	155	140/2004 Т17/1994
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	100 (50/50)	8,35	9,3	9,2	150	ТТК№52 528/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	180	5,8	2,4	20	173,8	Т4/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
	Кондитерское изделие в ассортименте	1/55	1,8	4,8	21	117	ТН
Итого:		848	26,55	24,9	106,26	753	
Вторник							
Обед	Борщ с капустой и картофелем, фрикадельки мясные	200/20	5	7,6	13	136,2	110/2004 112/2004
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	12	5,6	4,2	158	ТТК№20
	Рис отварной	180	4,4	12	17	230	465/1994
	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	37,6	115	585/3/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
Итого:		758	25,9	25,8	101,6	772,2	
Среда							
Обед	Рассольник Ленинградский, цыпленок отварной	200/20	9,8	5,4	22,4	166	132/2004 Т17/1994
	Птица запеченная (бедро)	100	9	12,3	0,2	209,3	ТТК№32,1
	Каша пшеничная вязкая, масло сливочное	180/5	3	8	35	247,6	Т4/1994 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	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
Итого:		763	26,5	26,3	106,2	836,9	
Четверг							
Обед	Гарнировка: Огурец свежий	1/60	0,4	0	2,2	9	ТН
	Суп картофельный с бобовыми на к/б, фрикадельки мясные	200/20	6,3	7,5	20,5	179	139/2004 112/2004
	Фрикадельки в соусе	(105) 55/50	11,6	12	12,7	234	469/2004
	Картофельное пюре	190	3,99	6	27,74	207,1	472/1994
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
Итого:		840	26,89	26,1	108,14	822,1	

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г.ЙОШКАР-ОЛЫ»
МАУ «Центр детского здорового питания г. Йошкар-Олы»



СОГЛАСОВАНО:

Директор Школы № 15

[Handwritten signature]



УТВЕРЖДАЮ:

Директор
МАУ «Центр детского здорового питания»

[Handwritten signature]

А.В.Усков

Перспективное десятидневное меню с 20.04.2026
Полдник от 7 до 12 лет- многодетные и ОВЗ
Для организации детского питания детей
в образовательных учреждениях г. Йошкар-Олы

Возрастная группа: от 7-11 лет

Полдник с 7 до 12 лет ОВЗ и многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Полдник	Вареники с картофелем, масло сливочное	200/10	24	20,05	32,4	418	ТТК№69 14/2005
	Чай с шиповником	200	0,4	0	12,4	81	ТТК№46
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	5	6,4	9,4	120	ТН
Итого:		610	29,4	26,45	54,2	619	
Вторник							
Полдник	Пудинг из творога (запеченный), сладкая подлива	150/50	45,33	16,35	37,47	370,5	362/2004 ТТК№25
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103,3	762/3/1997
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
Итого:		600	46,93	17,95	68,07	553,8	
Среда							
Полдник	Котлета куриная рубленая	50	7,2	7,8	5,1	116	ТТК№52
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	200/8	8,42	12,9	38,5	310	ТТК№58 14/2005
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
	Фрукт: Мандарин свежий	1/100	0,8	0,2	7,5	38	ТН
Итого:		598	19,12	21,3	83,2	596	
Четверг							
Полдник	Манник, сладкий соус	200/50	13,5	26,78	114,15	720,4	ТТК№5 ТТК№67
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	5	6,4	9,4	120	ТН
Итого:		450	18,5	33,18	123,55	840,4	
Пятница							
Полдник	Тефтели из мяса птицы с соусом красным основным	75/30	7,2	5,4	14,76	137,4	ТТК№103 528/1994
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	150/5	3,5	7,7	23,5	174	469/1994 14/2005
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Печенье Сормовское	1/50	4	6,5	33	210	ТН
Итого:		542	16,9	19,8	99,36	642,4	

Полдник с 7 до 12 лет ОВЗ и многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Полдник	Блины с джемом	140	8,96	7,98	51,66	352	ТТК№104
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	5	6,4	9,4	120	ТН
	Пряник	1/42	2,6	6	13,8	62	ТН
Итого:		382	16,56	20,38	74,86	534	
Вторник							
Полдник	Пудинг с фруктами, сладкий соус	200/40	3,78	13	49,2	249,7	ТТК№51 ТТК№67
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
	Печенье Трио	1/45	2,2	7,2	30	194	ТН
Итого:		685	6,38	20,2	104,4	581,7	
Среда							
Полдник	Гуляш	100 (50/50)	12,4	8	9	235	437/2007
	Рис отварной	200	4,8	8	54	306,5	465/1994
	Напиток Ягодный	200	0,04	0	16,6	69	ТТК№64
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	26,8	122	ТТК№54
Итого:		550	21,04	16,4	106,4	732,5	
Четверг							
Полдник	Гречка по-купечески с филе куриным	60/160	18,2	16	37,4	370	ТТК№71
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/2004
	Фрукт: Мандарин свежий	1/100	0,8	0,2	7,5	38	ТН
Итого:		527	19,3	16,2	60,1	468	

15

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г.ЙОШКАР-ОЛЫ»
МАУ «Центр детского здорового питания г. Йошкар-Олы»



СОГЛАСОВАНО:
Директор Школы № 15

Султанов / С. Н. Султанов



УТВЕРЖДАЮ:
Директор
МАУ «Центр детского здорового питания»

А.В.Усков

Перспективное десятидневное меню с 20.04.2026

Полдник-ОВЗ

Для организации детского питания детей
в образовательных учреждениях г. Йошкар-Олы

Возрастная группа: от 7 лет и старше лет

Полдник ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Полдник	Печенье Юбилей	4/17	5,2	12,8	44	312	ТН
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/2004
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
Итого:		475	5,7	12,8	69,4	452	
Вторник							
Полдник	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Фрукт: Апельсин свежий	1/200	1,8	0,4	21	80	ТН
Итого:		400	2	0,4	36	138	
Среда 2							
Полдник	Баранка сдобная	1/35	2,9	2,7	19,2	121,8	ТН
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	5	6,4	9,4	120	ТН
Итого:		435	8,1	9,1	43,6	299,8	
Четверг							
Полдник	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Фрукт: Груша свежая	1/200	0,8	0,6	20	84	ТН
Итого:		400	1	0,6	35	142	
Пятница							
Полдник	Печенье Юбилей	1/17	1,3	3,2	11	78	ТН
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/2004
	Фрукт: Яблоко свежее	1/150	0,6	0,6	15	78	ТН
Итого:		374	2,2	3,8	41,2	216	

Полдник ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Полдник	Печенье Трио	1/45	2,2	7,2	30	194	ТН
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК№46
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
Итого:		445	2,8	7,2	59	355	
Вторник							
Полдник	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Фрукт: Апельсин свежий	1/200	1,8	0,4	21	80	ТН
Итого:		400	2	0,4	36	138	
Среда							
Полдник	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/2004
	Печенье Юбилей	3/17	3,9	9,6	33	234	ТН
	Фрукт: Мандарин свежий	1/100	0,8	0,2	7,5	38	ТН
Итого:		358	5	9,8	55,7	332	
Четверг							
Полдник	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Фрукт: Апельсин свежий	1/200	1,8	0,4	21	80	ТН
Итого:		400	2	0,4	36	138	