15

Согласовано
Директор Школы № 15

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

Завтрак с 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 16.11.2026							
Завтрак	Горошек зеленый	60	0,8	0	1,5	10	ТТК№40
	Гуляш из филе цыпленка	60/50	10	11	9,3	173,8	ТТК№20
	Макаронные изделия отварные	160	5	6,6	31,3	235,2	469/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
Итого:		**555**	**17,9**	**17,8**	**70**	**538**	
Вторник 17.11.2026							
Завтрак	Рыба по школьному	90	9,9	6,66	4,05	160,2	ТТК№39
	Рис отварной, масло сливочное	190/5	4,75	11,3	29,7	227,7	465/1994 14/2005
	АКЧай 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	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
Итого:		**550**	**19,25**	**18,56**	**78,75**	**580,9**	
Среда 18.11.2026							
Завтрак	Бутерброд с сыром	5/20/25	6,7	11,2	10,4	175,7	3/1997
	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" молочная, масло сливочное	180/5	5,2	5,6	36,4	255,8	Т4/2004 14/2005
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Йогурт	1/130	6,2	2,8	11,9	90	ТН
Итого:		**565**	**18,3**	**19,6**	**73,7**	**579,5**	
Четверг 19.11.2026							
Завтрак	Жаркое по-домашнему	50/150	14,6	17,5	25,5	263	436/2004
	АКНапиток Ягодный	200	0,04	0	16,6	69	ТТК№64
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Фрукт: Яблоко свежее	1/150	0,6	0,6	15	78	ТН
Итого:		**575**	**17,14**	**18,3**	**70**	**471**	
Пятница 20.11.2026							
Завтрак	Птица запеченная (бедро)	100	9,2	12,6	0,2	209,3	ТТК№32.1
	Каша гречневая вязкая	200	6	6,7	29,7	162,5	464/1994
	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	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
Итого:		**733**	**18**	**19,7**	**72**	**581,8**	

*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

Обед с 7-12 лет вторая смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 16.11.2026							
Обед	Суп Картофельный, консерва рыбная	200/20	5,5	7,6	17,2	155,6	133/2004 Т1/1994
	Гуляш из филе цыпленка	60/50	10	11	9,3	173,8	ТТК№20
	Макаронные изделия отварные	180	6,3	7,38	33	264,6	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	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
Итого:		**768**	**26,3**	**26,58**	**104,3**	**785**	
Вторник 17.11.2026							
Обед	Суп Картофельный с бобовыми, цыпленок отварной	200/10	6,8	5,5	17,5	159,6	139/2004 Т17/1994
	Рыба по школьному	90	9,9	6,66	4,05	160,2	ТТК№39
	Рис отварной, масло сливочное	200/5	5	11,7	39	283,5	465/1994 14/2005
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	144	ТТК№54
Итого:		**778**	**26,8**	**24,66**	**109,55**	**807,3**	
Среда 18.11.2026							
Обед	Борщ с капустой и картофелем, фрикадельки мясные	200/20	5,55	5,6	12,9	101,2	110/2004 112/2004
	Котлета "Улыбка"	70/30	9,5	11,5	10,5	223	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные	180	6,3	7,38	33	264,6	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	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
Итого:		**758**	**25,85**	**25,08**	**101,2**	**779,8**	
Четверг 19.11.2026							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	200/20	4	5,36	8,44	132	124/2004 Т17/1994
	Жаркое по-домашнему	50/150	14,6	17,5	25,5	263	436/2004
	Напиток Ягодный	200	0,04	0	16,6	69	ТТК№64
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	21,8	122	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
	Фрукт: Яблоко свежее	1/150	0,6	0,6	15	78	ТН
Итого:		**853**	**25,44**	**24,26**	**104,24**	**736**	
Пятница 20.11.2026							
Обед	Гарнировка: Огурец свежий	1/60	0,42	0,06	1,1	6,6	ТТК№107
	Солянка "Школьная"	200/20	7,9	5,94	32,6	145,2	ТТК№70
	Птица запеченная (бедро)	100	9,2	12,6	0,2	209,3	ТТК№32.1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	160/5	4,8	8,4	27	181,4	464/1994 14/2005
	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	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
Итого:		**803**	**26,82**	**27,6**	**105,7**	**733,5**	

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

Согласовано
Директор Школы № 15 Лукьянова

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 ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 16.11.2026							
Завтрак	Гуляш из филе цыпленка	50/50	9	10	8,2	153	ТТК№20
	Макаронные изделия отварные	230	8,05	9,5	47,5	332,9	469/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
Итого:		**555**	**19,15**	**19,7**	**83,6**	**604,9**	
Вторник 17.11.2026							
Завтрак	Крокеты рыбные	100	13,4	11,6	15	213	ТТК№60
	Рис отварной	210	5,25	10,6	59,3	327,3	465/1994
	АКЧай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
Итого:		**550**	**21,35**	**22,6**	**106,4**	**672,3**	
Среда 18.11.2026							
Завтрак	Бутерброд с маслом	10/25	4	12,6	9,52	161	1/1997
	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" молочная	200	10,8	7,2	40,3	259,3	Т4/2004
	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
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	0,6	0	12	70	ТН
Итого:		**618**	**18**	**20,2**	**93,72**	**620,3**	
Четверг 19.11.2026							
Завтрак	Котлеты домашние, соус красный основной	70/40	11,3	10,4	14,1	207,4	271/2005 528/1994
	Картофельное пюре	210	4,41	9,5	40	261	472/1994
	АКЧай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
Итого:		**553**	**18,31**	**20,3**	**86**	**598,4**	
Пятница 20.11.2026							
Завтрак	Птица запеченная (бедро)	100	9,2	12,6	0,2	209,3	ТТК№32.1
	Каша гречневая вязкая	200	6	6,8	29,7	177,7	464/1994
	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:		**558**	**19,7**	**20**	**80,5**	**604**	

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

Согласовано
Директор Школы №15 г. Йошкар-Олы
Гуманова Я.Н.

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

Полдник с 7 до 12 лет ОВЗ и многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 16.11.2026							
Полдник	Блины с яблочным повидлом, масло сливочное	140/10	8,96	11,6	51,66	352	ТТК№104 14/2005
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	5	6,4	9,4	120	ТН
Итого:		**550**	**14,16**	**18**	**76,06**	**530**	
Вторник 17.11.2026							
Полдник	Пудинг из творога (запеченный)	150	25,3	16,35	31	355,5	362/2004
	Соус сладкий	30	1,8	2	13	77	ТТК№67
	Напиток Витаминный	200	0,3	0,14	19,5	82	ТТК№59
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	0,6	0	12	70	ТН
Итого:		**530**	**28**	**18,49**	**75,5**	**584,5**	
Среда 18.11.2026							
Полдник	Гуляш из филе цыпленка	60/50	10	11	9,3	173,8	ТТК№20
	Рис отварной, масло сливочное	200/3	5	12,3	54	328,2	465/1994 14/2005
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
	Баранка сдобная	1/35	2,9	2,7	19,2	121,8	ТН
Итого:		**588**	**20,6**	**26,4**	**114,6**	**755,8**	
Четверг 19.11.2026							
Полдник	Гарнировка: Огурец свежий	1/100	0,7	0,1	1,9	11	ТТК№107
	Гречка по-купечески с филе куриным	60/160	18,2	8,9	37,4	370	ТТК№71
	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
Итого:		**553**	**21,5**	**9,4**	**71,2**	**511**	
Пятница 20.11.2026							
Полдник	Бутерброд с сыром	5/20/25	6,7	11,2	10,4	175,7	3/1997
	Каша "Янтарная", масло сливочное	150/8	9,75	17,3	50,55	381	305/2004 14/2005
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	5	6,4	9,4	120	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
Итого:		**643**	**24,05**	**35,3**	**102,25**	**806,7**	

*Стоимость 1 комплекса на одного учащегося составляет 87 рублей

Согласовано
Директор Школы № 15 Гуманова

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		
Понедельник 16.11.2026							
Полдник	Печенье "Юбилей"	1/17	1,3	3,2	11	78	ТН
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	0,6	0	12	70	ТН
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
Итого:		**374**	**2,2**	**3,2**	**38,2**	**208**	
Вторник 17.11.2026							
Полдник	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Фрукт: Апельсин свежий	1/170	1,2	0,2	15,7	59,9	ТН
Итого:		**370**	**1,4**	**0,2**	**30,7**	**117,9**	
Среда 18.11.2026							
Полдник	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Фрукт: Груша свежая	1/150	0,8	0,6	20	84	ТН
Итого:		**350**	**1**	**0,6**	**35**	**142**	
Четверг 19.11.2026							
Полдник	Печенье "Юбилей"	4/17	5,2	12,8	44	312	ТН
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
Итого:		**475**	**5,7**	**12,8**	**69,4**	**452**	
Пятница 20.11.2026							
Полдник	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Фрукт: Груша свежая	1/150	0,8	0,6	20	84	ТН
Итого:		**350**	**1**	**0,6**	**35**	**142**	

*Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося составляет 36 рублей

Согласовано
Директор Школы №

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

Обед от 12 и старше СВО, ОВЗ, Многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 16.11.2026							
Обед	Суп Картофельный, консерва рыбная	250/20	6,5	8,5	22	201	133/2004 Т1/1994
	Котлеты рубленые из бройлеров-цыплят с соусом красным основным	75/40	15,9	10	12	215	499/2004 528/1994
	Каша гречневая вязкая	200	6,2	9	29,8	265	464/1994
	АКЧай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	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:		**868**	**35**	**28,3**	**122,5**	**933**	
Вторник 17.11.2026							
Обед	Суп Картофельный с бобовыми, цыпленок отварной	250/10	8,8	7,3	30	242,2	139/2004 Т8/1996
	Жаркое по-домашнему	50/200	16,8	37,1	44	521,4	259/2005
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Напиток "Немолоко"	1/200	4	1,4	9	120	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
Итого:		**950**	**32,3**	**46,2**	**115,1**	**1015,6**	
Среда 18.11.2026							
Обед	Борщ с капустой и картофелем, фрикадельки мясные	250/20	13	8,1	21	201	110/2004 112/2004
	Котлета "Улыбка"	70/30	9,1	11,5	8,5	223	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные	180	6,3	7,3	37,3	284,6	469/1994
	АКЧай 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:		**808**	**33,1**	**27,5**	**115,4**	**922,6**	
Четверг 19.11.2026							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	250/20	13	7,3	20,5	160	124/2004 Т17/1994
	Крокеты рыбные	100	10,4	11,6	13,2	213	ТТК№60
	Рис отварной	190	4,75	7,6	51,3	290,7	465/1994
	Компот Яблочный	200	0,9	0	18,3	75	ТТК№68
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	144	ТТК№54
Итого:		**851**	**35,75**	**27,5**	**150**	**943,7**	
Пятница 20.11.2026							
Обед	Солянка "Школьная"	250/20	12,15	14,5	11,5	214	ТТК№70
	Макароны, запеченные с сыром, масло сливочное	200/3	12	17	53	332	ТТК№226 14/2005
	АКЧай 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
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
Итого:		**931**	**28,85**	**32,1**	**119,5**	**817**	

*Стоимость 1 комплекса обеда учащегося для школьников категории от 12 лет и старше составляет 87 рублей

Согласовано
Директор Школы № 15 п. И-Олог
Гуманова Я.Н.

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

Обед от 12 и старше за родительскую плату

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 16.11.2026							
Обед	Суп Картофельный, консерва рыбная	250/10	6	8,1	20,9	188	133/2004 Т1/1994
	Котлеты рубленые из бройлеров-цыплят с соусом красным основным	75/30	15,4	9,6	11,7	212,6	499/2004 528/1994
	Каша гречневая вязкая	200	6,2	9	29,8	265	464/1994
	АКЧай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	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:		**848**	**34**	**27,5**	**121,1**	**917,6**	
Вторник 17.11.2026							
Обед	Суп Картофельный с бобовыми, цыпленок отварной	250/20	7	6	24	210	139/2004 Т17/1994
	Жаркое по-домашнему	50/200	16,8	37,1	44	521,4	259/2005
	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	2/33	4,8	0,8	33,8	144	ТТК№54
Итого:		**818**	**30,8**	**44,1**	**129,9**	**996,4**	
Среда 18.11.2026							
Обед	Борщ с капустой и картофелем	250	5	7,3	14,6	120,2	110/2004
	Котлета "Улыбка"	70/40	9,3	12,1	9,4	235	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные	180	6,3	7,38	33	264,6	469/1994
	АКЧай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК№46
	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:		**823**	**27,2**	**27,58**	**119,5**	**894,8**	
Четверг 19.11.2026							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем	250	12,2	6,4	20,5	181	124/2004
	Крокеты рыбные	100	13,4	11,6	15	213	ТТК№60
	Рис отварной	200	5	10,2	54	306	465/1994
	Компот Яблочный	200	0,9	0	18,3	75	ТТК№68
	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:		**808**	**35,8**	**28,8**	**137,6**	**908**	
Пятница 20.11.2026							
Обед	Солянка "Школьная"	250/20	12,15	14,5	11,5	214	ТТК№70
	Макароны, запеченные с сыром	200	12	15	53	320	ТТК№226
	АКЧай 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	2/33	4,8	0,8	33,8	144	ТТК№54
Итого:		**936**	**29,35**	**30,3**	**123,5**	**816**	

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

Согласовано
Директор Школы № 15

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

Обед с 7 до 12 за родительскую плату

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 16.11.2026							
Обед	Суп Картофельный, консерва рыбная	200/20	5,5	7,6	17,2	155,6	133/2004 Т1/1994
	Котлеты рубленые из бройлеров-цыплят с соусом красным основным	75/30	15,4	9,6	11,7	212,6	499/2004 528/1994
	Каша гречневая вязкая	180	5,4	6,1	26,8	146,3	464/1994
	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	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
Итого:		**763**	**30,8**	**23,9**	**100,5**	**705,5**	
Вторник 17.11.2026							
Обед	Суп Картофельный с бобовыми, цыпленок отварной	200/20	6,8	5,5	17,5	159,6	139/2004 Т17/1994
	Жаркое по-домашнему	50/150	13,4	29,7	24	417	259/2005
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	144	ТТК№54
	Баранка сдобная	1/35	2,9	2,7	19,2	121,8	ТН
Итого:		**728**	**28,2**	**38,7**	**109,7**	**902,4**	
Среда 18.11.2026							
Обед	Борщ с капустой и картофелем	200	3,5	4,9	11,7	96,2	110/2004
	Котлета "Улыбка"	70/30	9,1	11,5	8,5	223	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные	200	7,2	7	41,3	289,5	469/1994
	АКЧай 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:		**758**	**24,5**	**24**	**110,1**	**822,7**	
Четверг 19.11.2026							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	200/20	4	5,36	8,44	132	124/2004 Т17/1994
	Крокеты рыбные	90	12,1	10,4	12,5	192	ТТК№60
	Рис отварой	180	4,5	9,2	48,6	275,4	465/1994
	Компот Яблочный	200	0,9	0	18,3	75	ТТК№68
	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:		**748**	**25,8**	**25,56**	**117,64**	**807,4**	
Пятница 20.11.2026							
Обед	Гарнировка: Огурец свежий	1/60	0,42	0,06	1,1	6,6	ТТК№107
	Солянка "Школьная"	200/20	7,9	5,94	32,6	145,2	ТТК№70
	Макароны, запеченные с сыром, масло сливочное	180/4	11,7	17	52,92	340	ТТК№226 14/2005
	АКЧай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	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:		**747**	**26,42**	**23,8**	**145,32**	**743,8**	

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

Согласовано
Директор Школы №

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

Полдник*

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 16.11.2026							
Полдник	Суп Картофельный, консерва рыбная	250/10	6	8,1	20,9	188	133/2004 Т1/1994
	АКЧай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	144	ТТК№54
Итого:		**526**	**11**	**8,9**	**69,7**	**390**	
Вторник 17.11.2026							
Полдник	Суп Картофельный с бобовыми, цыпленок отварной	250/10	8,8	7,3	30	242,2	139/2004 Т8/1996
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК№46
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
Итого:		**493**	**11,6**	**7,7**	**65,7**	**395,2**	
Среда 18.11.2026							
Полдник	Борщ с капустой и картофелем	250	5	7,3	14,6	120,2	110/2004
	АКЧай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	144	ТТК№54
Итого:		**516**	**10**	**8,1**	**63,4**	**322,2**	
Четверг 19.11.2026							
Полдник	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	250/20	13	7,3	20,5	160	124/2004 Т17/1994
	Компот Яблочный	200	0,9	0	18,3	75	ТТК№68
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
Итого:		**503**	**16,3**	**7,7**	**55,7**	**307**	
Пятница 20.11.2026							
Полдник	Солянка "Школьная"	250/20	12,15	14,5	11,5	214	ТТК№70
	АКЧай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
Итого:		**495**	**14,25**	**14,7**	**39,4**	**333**	

*Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося составляет 35 рублей