

Согласовано:
 Директор Школы № _____



Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 26.12.2022						
Завтрак	Гарнировка: Горошек консервированный	40	1,2	0	2,3	15	ТТК№40
	Гуляш из филе цыпленка	75/50	28	7	5,3	198	ТТК №20
	Каша гречневая рассыпчатая	160	9,1	9,1	44,8	272	463/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за завтрак		530	40,4	16,3	80,3	604	
	Вторник 27.12.2022						
Завтрак	Гарнировка: Икра свекольная	60	1,56	4,44	8,97	82	78/2004
	Крокеты с кабачками тушеные	60	6,9	6,4	2,3	87	ТТК №53
	Соус основной красный	60	1,38	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	160	5,52	6,46	36,76	222	469/1994
	АК Напиток апельсиновый	200	0,1	0	25,2	96	699/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Фрукт: яблоко свежее	150	0,34	0	18,6	69	338/2005
Итого за завтрак		695	2,34	0,2	56,7	226	
	Среда 28.12.2022						
Завтрак	Птица отварная (бедро)	90	16,2	5,1	0,6	204	487/2004
	Рис отварной	160	3,6	6,3	39,7	219	465/1994
	Компот из плодов свежих (груши)	200	0,12	0,09	18,06	73	ТТК№49
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за завтрак		700	29,7	18,3	93,56	738	
	Четверг 29.12.2022						
Завтрак	Гуляш из филе цыплят	50/50	35	8,7	6,6	247	ТТК №20
	Макаронные изделия отварные	160	5,52	6,46	36,76	222	469/1994
	АК Компот из изюма	200	0,4	0	27,3	107	638/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Фрукт: яблоко свежее	150	0,34	0	18,6	69	338/2005
Итого за завтрак		635	43,2	15,4	102,2	706	
	Пятница 30.12.2022						
Завтрак	Крокеты с кабачками тушеные	40	6,9	6,4	2,3	87	ТТК №53
	Соус основной красный	60	1,38	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Рис отварной	150	3,39	5,6	35,4	209	465/1994
	АК Компот из свежих яблок	200	0,2	0	37,6	106	585/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за завтрак		675	19,8	20,4	102,2	621	

* Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося для школьников категории от 7 до 12 лет составляет 100 рублей.

Согласовано
Директор Школы №

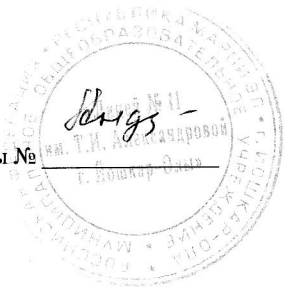


Утверждаю:
Директор МАУ "Центр
А.М.Волков

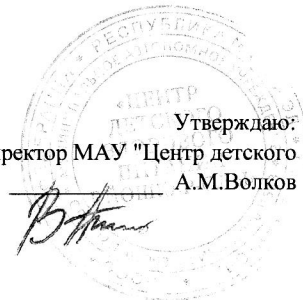
**Завтрак 12 лет и
старше, многодетные и
ОВЗ, за родительскую
плату**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 26.12.2022						
Завтрак	Гуляш из филе цыплят	50/50	35	8,7	6,6	247	ТТК №20
	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,3	11,3	56	340	463/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		550	50,3	20,4	103,4	767	
	Вторник 27.12.2022						
Завтрак	Крокеты с кабачками тушеные ✓	40	6,9	6,4	2,3	87	ТТК №53
	Соус основной красный	60	1,38	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	220	7,5	8,3	50,3	441	469/1994
	АК Напиток апельсиновый	200	0,1	0	25,2	96	699/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
Итого за завтрак		553	2,5	0,4	42,1	168	
	Среда 28.12.2022						
Завтрак	Птица отварная (бедро)	90	16,2	5,1	0,6	204	487/2004
	Соус основной красный	60	1,38	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Рис отварной	160	3,6	6,3	39,7	219	465/1994
	Компот из плодов свежих (груши)	200	0,12	0,09	18,06	73	ТТК№49
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		560	25,1	13,7	88,76	656	
	Четверг 29.12.2022						
Завтрак	Гуляш из филе цыплят	50/50	35	8,7	6,6	247	ТТК №20
	Макаронные изделия отварные	220	7,5	8,8	47,7	288	469/1994
	АК Компот из изюма	200	0,4	0	27,3	107	638/2004
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		570	46,7	17,9	107,4	764	
	Пятница 30.12.2022						
Завтрак	Крокеты с кабачками тушеные ✓	40	6,9	6,4	2,3	87	ТТК №53
	Соус основной красный	60	1,38	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Рис отварной	200	4,4	7,4	47	277	465/1994
	АК Компот из свежих яблок	200	0,2	0	37,6	106	585/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за завтрак		550	16,7	16	117,3	630	

Согласовано:
Директор Школы №



Утверждаю:
Директор МАУ "Центр детского
А.М.Волков

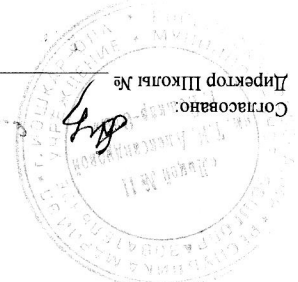


**2 ЗАВТРАК от 7 до 12 лет
Многодетные и ОВЗ**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Понедельник 26.12.2022						
Полдник	Пельмени отварные	200	15,5	8	29,7	245	664/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
Итого за полдник		425	17,7	8,2	70,6	426	
	Вторник 27.12.2022						
Полдник	Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная	150	6,6	4,62	30,3	157	Т4/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Компот из плодов свежих (груши)	200	0,12	0,09	18,06	73	ТТК №49
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за полдник		575	14,62	11,31	70,66	411	
	Среда 28.12.2022						
Полдник	Каша пшеничная молочная	150	5,22	6,4	33,1	170	ТТК № 64
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Фрукт: яблоко свежее	150	0,34	0	18,6	69	338/2005
Итого за полдник		557	9,66	6,8	92,7	421	
	Четверг 29.12.2022						
Полдник	Картофель запеченный с сыром	150	3,19	6,8	25,7	177	ТК №345
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Батончик Корнлайн	30	1,2	1,2	1,95	114	ТН
Итого за полдник		405	6,49	8,2	55,55	410	
	Пятница 30.12.2022						
Полдник	Макаронные изделия отварные	160	5,52	6,46	36,76	222	469/1994
	Котлета Куриная запеченные	50	8,3	8	20,5	170	ТТК №48
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
Итого за полдник		485	17,17	16,16	102	605	

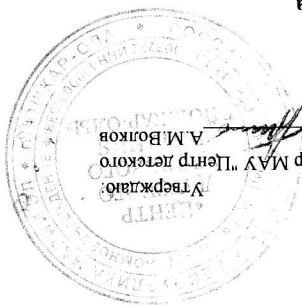
* Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося школы составляет 63 рубля

Понельник 12.12.2022



Сотисовано: Директор Школы №

Обед от 12 и старше, многолетние и ОБЗ, за
полительскую плату



Директор МАУ "Центр детского
Воспитания
А.М. Волков

Прим	Наименование блюда	Вес	Блюда	Пищевые вещества	Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Б	Ж	У
Обед	Борщ с капустой, картофелем на костном бульоне	250	8,8	4,5	13,6	220
	Крокеты с кабачками тушеные	40	6,9	6,4	2,3	87
	Соус основной красный	60	1,38	1,8	4,6	38
	Рис отварной	200	4,5	7,9	49,8	275
	Напиток из плодов шиповника	200	0,8	0	30	119
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122
Итого		800	26,18	21	126,1	861
Обед	Суп картофельный с макарон изделиями и пышником	250	21,2	10	22,3	200
	отварным					
	Котлета рыбная из минтая	70	12,1	7,2	11,6	156
	Соус основной красный	30	0,69	0,9	2,3	19
	Картофельное пюре	210	4,59	9,7	31,4	237
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122
Итого		810	42,58	28,2	108,4	792
Обед	Расоляник ленинградский на костном бульоне	250	8,2	5,2	20	142
	Котлета рубленая из филе цыплят	50	9,8	5,8	4,8	120
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32
	Макаронные изделия отварные с овощами	200	7,7	0,73	40,8	317
	Компот Южный	200	0,3	0	28	120
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122
Итого		800	30,95	13,63	123,2	853
Обед	Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне	250	16	9,35	29,3	266
	Котлета "Улыбка"	50	6,72	5,5	3,9	92
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32
	Картофельное пюре	200	4,4	9,3	29,7	222
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72
Итого		815	39,1	16,7	116,3	743
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне	250	4,5	4,3	10,5	96
	Фрикадельки в соусе	55/50	13,1	14,4	12,7	234
	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,4	11,4	56	341
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122
Итого		805	22,91	20,997	95,29	629

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