

Школа № 19

Выгулманна ВАБЭ

Согласовано  
Директор Школы №Утверждено  
Директор МАУ «Центр детского  
здорового питания»  
А.В. Усков

Обед от 12 и старше СВО, ОБЗ, Многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 25.05.2026</b>							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, фрикадельки из говядины без молока, без яиц	250/20	8	7,5	31	195	140/2004 112/2004
	Говядина отварная	100	13,8	16,8	0	254	ТТК №590
	Рис отварной, масло растительное	200	5,3	5,8	56,2	298	ТТК №508
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК №46
	Фрукт: Яблоко свежее	1/150	0,6	0,6	15	78	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК №54
<b>Итого:</b>			<b>30,5</b>	<b>31,1</b>	<b>137,9</b>	<b>978</b>	
<b>Вторник 26.05.2026</b>							
Обед	Борщ с капустой и картофелем, фрикадельки из говядины без молока, без яиц	250/20	9	9,6	25	160,25	110/2004 112/2004
	Фрикадельки из говядины без молока, без яиц	100	13	10,5	1	200	ТТК №12
	Гарнир пшеничный вязкий с маслом растительным	200	4,6	7,9	39,7	248	ТТК №536
	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
<b>Итого:</b>		<b>836</b>	<b>31,6</b>	<b>28,8</b>	<b>114,5</b>	<b>810,25</b>	



Согласовано  
 Директор Школы № 19

Терунова ИС Л, Е "



Утверждаю  
 Директор МАУ «Центр детского  
 здорового питания»  
 Т.И. Шаймарданова

Завтрак с 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 25.05.2026</b>							
Завтрак	Говядина отварная	100	13,8	16,8	0	254	ТТК №590
	Каша гречневая рассыпчатая	180	5,8	8,2	20	173,8	Т4/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржаной	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК №54
<b>Итого:</b>		<b>513</b>	<b>22,2</b>	<b>25,4</b>	<b>51,9</b>	<b>557,8</b>	
<b>Вторник 26.05.2026</b>							
Завтрак	Фрикадельки из говядины без яиц	100	13	10,5	1	200	ТТК №12
	Рис отварной, масло сливочное	170/5	4,2	10,41	30,7	159,9	465/1994 14/2005
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК №46
	Фрукт: Яблоко свежее	1/150	0,6	0,6	15	78	ТН
	Хлеб ржаной	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК №54
<b>Итого:</b>		<b>658</b>	<b>20,6</b>	<b>21,91</b>	<b>82,4</b>	<b>590,9</b>	