

Согласовано  
Директор Школы № 19



19  
Подерждаю  
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		
<b>Вторник 12.05.2026</b>							
Завтрак	Гарнировка: Кукуруза сладкая	1/60	3	0,3	4,86	27,2	ТН
	Тефтели из мяса птицы с соусом красным основным	75/30	7,2	5,4	10,76	137,4	ТТК№103 528/1994
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	150/5	3,5	9,1	19,28	183	469/1994 14/2005
	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
<b>Итого:</b>		<b>560</b>	<b>16,4</b>	<b>15,2</b>	<b>67</b>	<b>477,6</b>	
<b>Среда 13.05.2026</b>							
Завтрак	Сарделька "Любительская"	80/40	7,8	6,7	6,8	110,5	ТТК№65
	Рис отварной	190	4,8	6	21,3	191	465/1994
	АК Компот из свежих яблок и ягод	200	0,1	0	15,6	99	ТТК№37
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
	Печенье Сормовское	1/50	4	6,5	15	110	ТН
<b>Итого:</b>		<b>593</b>	<b>19,1</b>	<b>19,6</b>	<b>75,6</b>	<b>582,5</b>	
<b>Четверг 14.05.2026</b>							
Завтрак	Яйца вареные	1/40	5,1	4,6	0,3	63	324/3/1997
	Бутерброд с сыром	5/20/25	6,9	9	10	149	3/1997
	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес"	150	5,2	4	31,2	182,4	Т4/2004
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103,3	762/3/1997
	Фрукты в ассортименте	1/150	0,6	0,5	15	78	ТН
<b>Итого:</b>		<b>590</b>	<b>19,2</b>	<b>19,7</b>	<b>76,9</b>	<b>575,7</b>	
<b>Пятница 15.05.2026</b>							
Завтрак	Гарнировка: Помидор свежий	1/60	0,5	0,12	2,35	11	ТН
	Рыба аппетитная	90	13,2	10,9	0,45	274	ТТК№32
	Картофельное пюре, масло сливочное	180/5	3,78	8,5	48,17	182,5	472/1994 14/2005
	АК Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	58	629/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
<b>Итого:</b>		<b>567</b>	<b>19,68</b>	<b>19,72</b>	<b>79,07</b>	<b>586,5</b>	

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

Согласовано  
Директор Школы



Утверждено  
Директор ЦДЗ  
"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>Вторник 12.05.2026</b>							
Обед	Гарнировка: Кукуруза сладкая	1/60	3	0,3	4,86	27,2	ТН
	Суп картофельный, рыбная консерва	200/20	9	9,5	34,6	235	133/2004 Т1/1994
	Тефтели из мяса птицы с соусом красным основным	75/30	7,2	5,4	10,76	137,4	ТТК№103 528/1994
	Макаронные изделия отварные	150	3,5	8,5	19,28	183	469/1994 14/2005
	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
<b>Итого:</b>		<b>780</b>	<b>25,4</b>	<b>24,1</b>	<b>101,6</b>	<b>712,6</b>	
<b>Среда 13.05.2026</b>							
Обед	Суп картофельный с бобовыми, цыпленок отварной	200/20	8,25	9,25	34,5	213,8	139/2004 Т17/1994
	Сарделька "Любительская"	80/40	7,8	6,7	6,8	110,5	ТТК№65
	Рис отварной	170	4,3	4,8	19	170	465/1994
	Компот из свежих яблок и ягод	200	0,1	0	15,6	99	ТТК№37
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
	Печенье Сормовское	1/50	4	6,5	15	110	ТН
<b>Итого:</b>		<b>793</b>	<b>26,85</b>	<b>27,65</b>	<b>107,8</b>	<b>775,3</b>	
<b>Четверг 14.05.2026</b>							
Обед	Борщ с капустой, картофелем, фрикадельки мясные	200/20	8,1	6,9	43,1	225	110/2004 112/2004
	Котлета "Улыбка"	70/30	10,9	9,7	11,3	170	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные	170	4,7	9,6	21,8	207,4	469/1994
	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
<b>Итого:</b>		<b>723</b>	<b>26,3</b>	<b>26,6</b>	<b>108,1</b>	<b>732,4</b>	
<b>Пятница 15.05.2026</b>							
Обед	Гарнировка: Помидор свежий	1/60	0,5	0,12	2,35	11	ТН
	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	200/20	4,17	4,7	10	129,2	124/2004 Т17/1994
	Рыба аппетитная	90	13,2	10,9	0,45	274	ТТК№32
	Картофельное пюре, масло сливочное	180/5	3,78	9,7	48,17	194,5	472/1994 14/2005
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	58	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
<b>Итого:</b>		<b>820</b>	<b>26,25</b>	<b>26,02</b>	<b>105,97</b>	<b>799,7</b>	

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

Согласовано  
 Директор Школы № 19



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		
<b>Вторник 12.05.2026</b>							
Завтрак	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	50/50	8,35	9,3	9,2	150	ТТК№52 528/1994
	Макаронные изделия отварные	220	8	9,1	35,6	264	469/1994
	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
<b>Итого:</b>		<b>553</b>	<b>18,95</b>	<b>18,8</b>	<b>76,7</b>	<b>544</b>	
<b>Среда 13.05.2026</b>							
Завтрак	Сарделька "Любительская"	80/40	7,8	6,7	6,8	110,5	ТТК№65
	Рис отварной	210	5,32	11,9	35,6	322	465/1994
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК№46
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	144	ТТК№54
<b>Итого:</b>		<b>596</b>	<b>18,32</b>	<b>19,4</b>	<b>95</b>	<b>657,5</b>	
<b>Четверг 14.05.2026</b>							
Завтрак	Бутерброд с сыром	5/20/25	6,9	9	10	149	3/1997
	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" молочная	180	10,3	8,8	44	259	Т4/2004
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Фрукт: Яблоко свежее	1/150	0,6	0,6	15	78	ТН
	<b>Итого:</b>		<b>580</b>	<b>18</b>	<b>18,4</b>	<b>84</b>	<b>544</b>
<b>Пятница 15.05.2026</b>							
Завтрак	Гуляш из филе цыпленка	50/50	15	9,3	14,2	201	ТТК№20
	Картофельное пюре	210	4,4	9,45	30,66	228,9	472/1994
	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
<b>Итого:</b>		<b>550</b>	<b>22,1</b>	<b>19,15</b>	<b>76,96</b>	<b>559,9</b>	

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

Согласовано  
Директор Школы



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		
<b>Вторник 12.05.2026</b>							
Полдник	Блины с повидлом, масло сливочное	140/9	8,96	9,7	29,46	381,6	ТТК№104 14/2005
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК№46
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	5	6,4	9,4	120	ТН
<b>Итого:</b>		<b>549</b>	<b>14,36</b>	<b>16,1</b>	<b>57,66</b>	<b>582,6</b>	
<b>Среда 13.05.2026</b>							
Полдник	Пудинг из творога, соус сладкий	150/50	27,8	19,12	48,45	458,2	362/2004 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
<b>Итого:</b>		<b>600</b>	<b>28,2</b>	<b>19,12</b>	<b>73,65</b>	<b>596,2</b>	
<b>Четверг 14.05.2026</b>							
Полдник	Гарнировка: Помидор свежий	1/60	0,5	0,12	2,35	11	ТН
	Гуляш	50/50	16,4	6	3,5	135	437/2004
	Рис отварной	150	3,8	6	40,5	230	465/1994
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	58	629/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	144	ТТК№54
<b>Итого:</b>		<b>583</b>	<b>*25,8</b>	<b>12,92</b>	<b>95,35</b>	<b>578</b>	
<b>Пятница 15.05.2026</b>							
Полдник	Гарнировка: Огурец свежий	60	0,4	0	2,2	9	ТН
	Гречка по-купечески с филе куриным	60/160	18,1	8,9	37,4	369,8	ТТК№71
	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
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
<b>Итого:</b>		<b>746</b>	<b>23,7</b>	<b>9,7</b>	<b>98,6</b>	<b>660,8</b>	

\*Стоимость 1 комплекса на одного учащегося составляет 87 рублей



Согласовано  
Директор Школы



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		
<b>Вторник 12.05.2026</b>							
Обед	Суп картофельный, рыбная консерва	200/10	7	7,5	30	230	133/2004 Т1/1994
	Гречка по-купечески с филе куриным	50/160	17,3	9,5	35,7	353	ТТК№71
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	26,8	122	ТТК№54
	Пряник	1/42	2,6	6,5	13,8	62	ТН
<b>Итого:</b>		<b>712</b>	<b>30,9</b>	<b>23,9</b>	<b>121,3</b>	<b>825</b>	
<b>Среда 13.05.2026</b>							
Обед	Суп картофельный с бобовыми	200	8	9	23,3	173,8	139/2004
	Плов по-домашнему	50/160	13,4	15,9	29,8	316	ТТК№2
	Компот из сухофруктов	200	0,2	0	20,8	84	ТТК№61
	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
<b>Итого:</b>		<b>876</b>	<b>26,6</b>	<b>25,7</b>	<b>117,9</b>	<b>797,8</b>	
<b>Четверг 14.05.2026</b>							
Обед	Борщ с капустой, картофелем, фрикадельки мясные	200/20	8,1	6,9	43,1	225	110/2004 112/2004
	Фрикадельки в соусе	55/50	13,1	14,4	12,7	234	469/2004
	Картофельное пюре	180	3,78	8,1	31	196,2	472/1994
	АК 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
<b>Итого:</b>		<b>737</b>	<b>27,18</b>	<b>29,6</b>	<b>114,9</b>	<b>776,2</b>	
<b>Пятница 15.05.2026</b>							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	200/20	4,17	4,7	10	129,2	124/2004 Т17/1994
	Котлета рыбная	100	8,7	5,2	8,3	112	324/1994
	Рис отварной, масло сливочное	160/7	8	13,4	47	320	465/1994 14/2005
	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
<b>Итого:</b>		<b>720</b>	<b>23,67</b>	<b>23,7</b>	<b>101</b>	<b>714,2</b>	

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

Согласовано  
 Директор Школы № 19



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		
<b>Вторник 12.05.2026</b>							
Обед	Суп картофельный, рыбная консерва	250/10	8	11,2	31	235	133/2004 Т1/1994
	Гречка по-купечески с филе куриным	50/160	17,3	8,8	35,7	353	ТТК№71
	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
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	144	ТТК№54
	Пряник	1/42	2,6	6,5	13,8	62	ТН
<b>Итого:</b>		<b>803</b>	<b>34,8</b>	<b>27,5</b>	<b>142,2</b>	<b>913</b>	
<b>Среда 13.05.2026</b>							
Обед	Суп картофельный с бобовыми	250	10,4	12	29,1	217,3	139/2004
	Плов по-домашнему	50/160	13,4	15,9	29,8	316	ТТК№2
	Компот из сухофруктов	200	0,2	0	20,8	84	ТТК№61
	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
<b>Итого:</b>		<b>918</b>	<b>28,5</b>	<b>28,5</b>	<b>119,7</b>	<b>830,3</b>	
<b>Четверг 14.05.2026</b>							
Обед	Борщ с капустой, картофелем, фрикадельки мясные	250/20	9	6,5	45	230	110/2004 112/2004
	Фрикадельки в соусе	55/50	13,1	14,4	12,7	234	469/2004
	Картофельное пюре	200	4,2	9	29,2	250	472/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,4	16,9	72	ТТК№54
	<b>Итого:</b>		<b>800</b>	<b>28,4</b>	<b>30,3</b>	<b>118,8</b>	<b>844</b>
<b>Пятница 15.05.2026</b>							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	250/10	9,4	5	10,6	122,5	124/2004 Т17/1994
	Котлета рыбная	100	13,4	11,6	13,2	213	ТТК№60 405/1994
	Рис отварной, масло сливочное	180/5	4,56	10,8	48,6	313	11/2005
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК№46
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	144	ТТК№54
<b>Итого:</b>		<b>811</b>	<b>32,56</b>	<b>28,2</b>	<b>125</b>	<b>873,5</b>	

\*Стоимость 1 комплекса обеда на одного учащегося для школьников категории от 12 лет и старше составляет 105 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		
<b>Вторник 12.05.2026</b>							
Обед	Суп картофельный, рыбная консерва	250/20	9	12	32	240	133/2004 Т1/1994
	Гречка по-купечески с филе куриным	50/160	17,3	8,8	35,7	353	ТТК№71
	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
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	144	ТТК№54
	Пряник	1/42	2,6	6,5	13,8	62	ТН
<b>Итого:</b>		<b>813</b>	<b>35,8</b>	<b>28,3</b>	<b>143,2</b>	<b>918</b>	
<b>Среда 13.05.2026</b>							
Обед	Суп картофельный с бобовыми, цыпленок отварной	250/20	12	13	30	220	139/2004 Т17/1994
	Плов по-домашнему	50/160	13,4	15,9	29,8	316	ТТК№2
	Компот из сухофруктов	200	0,2	0	20,8	84	ТТК№61
	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
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	26,8	122	ТТК№54
<b>Итого:</b>		<b>963</b>	<b>32</b>	<b>29,7</b>	<b>134,5</b>	<b>894</b>	
<b>Четверг 14.05.2026</b>							
Обед	Борщ с капустой, картофелем, фрикадельки мясные	250/20	9	6,5	45	230	110/2004 112/2004
	Фрикадельки в соусе	55/50	13,1	14,4	12,7	234	469/2004
	Картофельное пюре	220	4,5	10	30	251	472/1994
	АК 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
<b>Итого:</b>		<b>860</b>	<b>33,6</b>	<b>31,9</b>	<b>149,6</b>	<b>980</b>	
<b>Пятница 15.05.2026</b>							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	250/20	13,4	4,7	8,6	129,2	124/2004 Т17/1994
	Котлета рыбная	100	8,7	5,2	8,3	112	324/1994
	Рис отварной, масло сливочное	210/10	5	17,01	54	380,6	465/1994 14/2005
	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
<b>Итого:</b>		<b>848</b>	<b>31,8</b>	<b>27,51</b>	<b>119,5</b>	<b>835,8</b>	

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