

Согласовано  
Директор Школы № 19



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 23.03.2026 |                                                              |           |                  |       |        |                         |                      |
| Обед                   | Суп картофельный с бобовыми, цыпленок отварной               | 200/20    | 6,2              | 7,6   | 17,5   | 225,8                   | 139/2004<br>Т17/1994 |
|                        | Плов по-домашнему                                            | 50/160    | 15,75            | 16,9  | 29,8   | 316                     | 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               |
|                        | Фруктовое пюре "Агуша"                                       | 1/90      | 0                | 0     | 11,7   | 46,8                    | ТН                   |
| Итого:                 |                                                              | 786       | 26,95            | 25,3  | 107,8  | 790,6                   |                      |
| Вторник 24.03.2026     |                                                              |           |                  |       |        |                         |                      |
| Обед                   | Борщ Сибирский на к/б                                        | 200       | 7,9              | 7,6   | 31,6   | 119                     | 111/2004             |
|                        | Птица запеченная (бедро)                                     | 120       | 12               | 13,4  | 0,24   | 251,16                  | ТТК№32,1             |
|                        | Каша гречневая вязкая, масло сливочное                       | 200/10    | 3                | 4,35  | 38     | 200                     | ТТК№58<br>14/2005    |
|                        | Компот Яблочный                                              | 200       | 0,9              | 0     | 18,3   | 75                      | ТТК№68               |
|                        | Хлеб пшеничный                                               | 1/25      | 1,9              | 0,2   | 12,9   | 61                      | ТТК№54               |
| Итого:                 |                                                              | 755       | 25,7             | 25,55 | 101,04 | 706,16                  |                      |
| Среда 25.03.2026       |                                                              |           |                  |       |        |                         |                      |
| Обед                   | Щи из свежей капусты с картофелем на к/б, фрикадельки мясные | 200/20    | 4,2              | 7,6   | 5,6    | 120,2                   | 124/2004<br>112/2004 |
|                        | Сарделька "Любительская"                                     | 70/30     | 11,7             | 12,3  | 6,1    | 158                     | ТТК№65               |
|                        | Макаронные изделия отварные                                  | 200       | 3                | 5,46  | 31,3   | 182,6                   | 469/1994             |
|                        | АК Напиток Мандариновый                                      | 200       | 1,8              | 0,04  | 26     | 101                     | 699/2004             |
|                        | Хлеб ржано-пшеничный                                         | 2/33      | 4,8              | 0,8   | 33,8   | 144                     | ТТК№54               |
| Итого:                 |                                                              | 786       | 25,5             | 26,2  | 102,8  | 705,8                   |                      |
| Четверг 26.03.2026     |                                                              |           |                  |       |        |                         |                      |
| Обед                   | Рассольник Ленинградский, цыпленок отварной                  | 200/20    | 8,8              | 7,4   | 35,52  | 166                     | 132/2004<br>Т14/1994 |
|                        | Котлета рыбная                                               | 90        | 7,8              | 4,7   | 7,5    | 100,8                   | 324/1994             |
|                        | Картофельное пюре, масло сливочное                           | 180/5     | 5,78             | 12,7  | 13,9   | 233,2                   | 472/1994<br>14/2005  |
|                        | 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:                 |                                                              | 753       | 26,88            | 25,4  | 107,52 | 717                     |                      |
| Пятница 27.03.2026     |                                                              |           |                  |       |        |                         |                      |
| Обед                   | Гарнировка: Огурец свежий                                    | 60        | 0,4              | 0     | 2,2    | 9                       | ТН                   |
|                        | Суп картофельный, рыбная консерва                            | 200/20    | 7,8              | 8     | 31,32  | 235                     | 133/2004<br>Т1/1994  |
|                        | Тефтели из мяса птицы рубленные с соусом красным основным    | 75/40     | 7,4              | 5,7   | 15,58  | 144,2                   | ТТК№103<br>528/1994  |
|                        | Макаронные изделия отварные                                  | 160/5     | 7,8              | 11,4  | 25     | 198                     | 469/1994<br>14/2005  |
|                        | 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:                 |                                                              | 785       | 25,5             | 25,3  | 102    | 705,2                   |                      |

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

Согласовано  
Директор Школы №



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<br>ценность | №<br>рецептуры      |
|------------------------|----------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|-------|----------------------------|---------------------|
|                        |                                                    |           | Б                | Ж     | У     |                            |                     |
| Понедельник 23.03.2026 |                                                    |           |                  |       |       |                            |                     |
| Завтрак                | Плов по-домашнему                                  | 50/160    | 17               | 19    | 40    | 345                        | ТТК№2               |
|                        | 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:                 |                                                    | 635       | 19,3             | 19,2  | 78,1  | 544                        |                     |
| Вторник 24.03.2026     |                                                    |           |                  |       |       |                            |                     |
| Завтрак                | Птица запеченная (бедро)                           | 120       | 15               | 14    | 0,24  | 251,16                     | ТТК№32,1            |
|                        | Каша гречневая вязкая, масло сливочное             | 200/3     | 4,3              | 8     | 40    | 272,4                      | ТТК№58<br>14/2005   |
|                        | АК Напиток Витаминный                              | 200       | 0,3              | 0,14  | 19,5  | 82                         | ТТК№59              |
|                        | Хлеб ржано-пшеничный                               | 1/33      | 2,4              | 0,4   | 16,9  | 72                         | ТТК№54              |
| Итого:                 |                                                    | 556       | 22               | 22,54 | 76,64 | 677,56                     |                     |
| Среда 25.03.2026       |                                                    |           |                  |       |       |                            |                     |
| Завтрак                | Бутерброд с сыром                                  | 5/20/25   | 6,9              | 3     | 10    | 149                        | 3/1997              |
|                        | Яйца вареные                                       | 1/40      | 5,1              | 4     | 0,3   | 63                         | 324/3/1997          |
|                        | Каша рисовая молочная, масло сливочное             | 230/7     | 6,7              | 14    | 48    | 290                        | Т4/2004<br>14/2005  |
|                        | Кофейный напиток                                   | 200       | 1,4              | 1,6   | 20,4  | 103,3                      | 762/3/1997          |
|                        | Хлеб ржано-пшеничный                               | 1/33      | 2,4              | 0,4   | 16,9  | 72                         | ТТК№54              |
| Итого:                 |                                                    | 560       | 22,5             | 23    | 95,6  | 677,3                      |                     |
| Четверг 26.03.2026     |                                                    |           |                  |       |       |                            |                     |
| Завтрак                | Котлета рыбная                                     | 100       | 8,7              | 5,2   | 8,3   | 112                        | 324/1994            |
|                        | Картофельное пюре, масло сливочное                 | 180/4     | 4,6              | 13    | 26,28 | 225,8                      | 472/1994<br>14/2005 |
|                        | АК Компот из сухофруктов                           | 200       | 0,2              | 0     | 20,8  | 84                         | ТТК№61              |
|                        | Хлеб ржано-пшеничный                               | 2/33      | 4,8              | 0,8   | 33,8  | 144                        | ТТК№54              |
| Итого:                 |                                                    | 550       | 18,3             | 19    | 89,18 | 565,8                      |                     |
| Пятница 27.03.2026     |                                                    |           |                  |       |       |                            |                     |
| Завтрак                | Котлета куриная рубленая с соусом красным основным | 50/50     | 8,35             | 9,3   | 9,2   | 150                        | ТТК№52<br>528/1994  |
|                        | Макаронные изделия отварные                        | 230       | 8                | 9     | 36    | 265                        | 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              |
| Итого:                 |                                                    | 563       | 18,95            | 18,7  | 77,1  | 545                        |                     |

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



Согласовано  
Директор Школы № 19



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<br>ценность | №<br>рецептуры     |
|------------------------|----------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|--------|----------------------------|--------------------|
|                        |                                                    |           | Б                | Ж     | У      |                            |                    |
| Понедельник 23.03.2026 |                                                    |           |                  |       |        |                            |                    |
| Полдник                | Яйца вареные                                       | 1/40      | 5,1              | 4,6   | 0,3    | 63                         | 324/3/1997         |
|                        | Бутерброд с маслом                                 | 10/25     | 1,2              | 7,4   | 7,5    | 101                        | 1/3/1997           |
|                        | Макароны запеченные с сыром,<br>масло сливочное    | 180/10    | 9,82             | 14,75 | 44,09  | 358,04                     | ТТК№226<br>14/2005 |
|                        | Чай с шиповником                                   | 200       | 0,4              | 0     | 18,8   | 81                         | ТТК№46             |
|                        | Молоко питьевое<br>ультрапастеризованное           | 1/200     | 5                | 6,4   | 9,4    | 120                        | ТН                 |
| Итого:                 |                                                    | 665       | 21,52            | 33,15 | 80,09  | 723,04                     |                    |
| Вторник 24.03.2026     |                                                    |           |                  |       |        |                            |                    |
| Полдник                | Пудинг из творога (запеченный),<br>сладкая подлива | 150/50    | 45,33            | 16,35 | 37,47  | 370,5                      | 362/2004<br>ТТК№25 |
|                        | Какао с молоком                                    | 200       | 4,9              | 5     | 32,5   | 190                        | 693/2004           |
|                        | Сок фруктовый в ассортименте                       | 1/200     | 0,2              | 0     | 10,2   | 80                         | ТН                 |
| Итого:                 |                                                    | 600       | 50,43            | 21,35 | 80,17  | 640,5                      |                    |
| Среда 25.03.2026       |                                                    |           |                  |       |        |                            |                    |
| Полдник                | Котлета куриная рубленая                           | 50        | 7,2              | 7,8   | 5,1    | 116                        | ТТК№52             |
|                        | Каша гречневая вязкая, масло<br>сливочное          | 200/8     | 8,42             | 12,9  | 38,5   | 310                        | ТТК№58<br>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             |
|                        | Фрукт: Мандарин свежий                             | 1/100     | 0,8              | 0,2   | 7,5    | 38                         | ТН                 |
| Итого:                 |                                                    | 598       | 19,12            | 21,3  | 83,2   | 594                        |                    |
| Четверг 26.03.2026     |                                                    |           |                  |       |        |                            |                    |
| Полдник                | Манник, сладкий соус                               | 200/50    | 13,5             | 26,78 | 114,15 | 720,4                      | ТТК№5<br>ТТК№67    |
|                        | Молоко питьевое<br>ультрапастеризованное           | 1/200     | 5                | 6,4   | 9,4    | 120                        | ТН                 |
| Итого:                 |                                                    | 450       | 18,5             | 33,18 | 123,55 | 840,4                      |                    |
| Пятница 27.03.2026     |                                                    |           |                  |       |        |                            |                    |
| Полдник                | Жаркое по-домашнему                                | 50/190    | 28,8             | 10,44 | 14,8   | 310,8                      | 436/2004           |
|                        | Чай с лимоном                                      | 200/7     | 0,3              | 0     | 15,2   | 58                         | 629/1994           |
|                        | Хлеб пшеничный                                     | 2/25      | 3,8              | 0,4   | 25,8   | 122                        | ТТК№54             |
|                        | Печенье Сормовское                                 | 1/50      | 4                | 6,5   | 33     | 210                        | ТН                 |
| Итого:                 |                                                    | 547       | 36,9             | 17,34 | 88,8   | 700,8                      |                    |

\*Стоимость 1 комплекса на одного учащегося составляет 87 рублей

Согласовано  
Директор Школы



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

Полдник ОВЗ

| Прием пищи             | Наименование блюда            | Вес блюда | Пищевые вещества |      |      | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептуры |
|------------------------|-------------------------------|-----------|------------------|------|------|----------------------------|----------------|
|                        |                               |           | Б                | Ж    | У    |                            |                |
| Понедельник 23.03.2026 |                               |           |                  |      |      |                            |                |
| Полдник                | Печенье "Трио"                | 1/45      | 2,2              | 7,2  | 30   | 194                        | ТН             |
|                        | Напиток Мандариновый          | 200       | 1,8              | 0,04 | 26   | 101                        | 699/2004       |
|                        | Сок фруктовый в ассортименте  | 1/200     | 0,2              | 0    | 10,2 | 80                         | ТН             |
| Итого:                 |                               | 450       | 4,2              | 7,24 | 66,2 | 375                        |                |
| Вторник 24.03.2026     |                               |           |                  |      |      |                            |                |
| 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 25.03.2026       |                               |           |                  |      |      |                            |                |
| Полдник                | Печенье "Юбилей"              | 3/17      | 3,9              | 9,6  | 33   | 234                        | ТН             |
|                        | Компот из свежих яблок и ягод | 200       | 0,1              | 0    | 25,6 | 99                         | ТТК№37         |
|                        | Сок фруктовый в ассортименте  | 1/200     | 0,2              | 0    | 10,2 | 80                         | ТН             |
| Итого:                 |                               | 451       | 4,2              | 9,6  | 68,8 | 413                        |                |
| Четверг 26.03.2026     |                               |           |                  |      |      |                            |                |
| Полдник                | Баранка Слобная               | 2/35      | 5,8              | 5,4  | 38,2 | 243,6                      | ТН             |
|                        | Фрукт: Мандарин свежий        | 1/100     | 0,8              | 0,2  | 7,5  | 38                         | ТН             |
|                        | Чай с сахаром                 | 200       | 0,2              | 0    | 15   | 58                         | 628/1994       |
| Итого:                 |                               | 370       | 6,8              | 5,6  | 60,7 | 339,6                      |                |
| Пятница 27.03.2026     |                               |           |                  |      |      |                            |                |
| Полдник                | Печенье "Юбилей"              | 1/17      | 1,3              | 3,2  | 11   | 78                         | ТН             |
|                        | Чай с лимоном                 | 200/7     | 0,3              | 0    | 15,2 | 58                         | 629/1994       |
|                        | Фрукт: Яблоко свежее          | 1/150     | 0,6              | 0,6  | 15   | 78                         | ТН             |
| Итого:                 |                               | 374       | 2,2              | 3,8  | 41,2 | 214                        |                |

\*Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося составляет 36 рублей

Согласовано  
Директор Школы № 19



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<br>ценность | №<br>рецептуры       |
|------------------------|-------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|-------|----------------------------|----------------------|
|                        |                                                       |           | Б                | Ж     | У     |                            |                      |
| Понедельник 23.03.2026 |                                                       |           |                  |       |       |                            |                      |
| Обед                   | Суп картофельный с бобовыми, цыпленок отварной        | 200/10    | 10               | 6     | 23,4  | 199,8                      | 139/2004<br>Т17/1994 |
|                        | Гуляш из филе цыпленка                                | 60/50     | 9                | 6,16  | 4,6   | 173,8                      | ТТК№20               |
|                        | Макаронные изделия отварные                           | 150       | 2,5              | 5,2   | 30    | 140                        | 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               |
|                        | Пряник                                                | 1/42      | 2,6              | 6     | 13,8  | 62                         | ТН                   |
| Итого:                 |                                                       | 745       | 26,7             | 23,76 | 103,7 | 705,6                      |                      |
| Вторник 24.03.2026     |                                                       |           |                  |       |       |                            |                      |
| Обед                   | Борщ Сибирский на к/б                                 | 200       | 5,3              | 3,6   | 15,2  | 119                        | 111/2004             |
|                        | Крокеты рыбные                                        | 90        | 12,1             | 10,4  | 11,9  | 192                        | ТТК№60               |
|                        | Картофельное пюре, масло сливочное                    | 200/10    | 4,2              | 13    | 29,2  | 292                        | 472/1994<br>14/2005  |
|                        | 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:                 |                                                       | 758       | 26,1             | 27,6  | 106,9 | 820                        |                      |
| Среда 25.03.2026       |                                                       |           |                  |       |       |                            |                      |
| Обед                   | Щи из свежей капусты с картофелем, фрикадельки мясные | 200/20    | 8,2              | 5,6   | 8,6   | 117,2                      | 124/2004<br>112/2004 |
|                        | Котлета "Улыбка"                                      | 60/30     | 9,5              | 6,64  | 3,9   | 114,28                     | ТТК№13               |
|                        | Макаронные изделия отварные                           | 150       | 3,5              | 12    | 43    | 285                        | 469/1994             |
|                        | 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               |
|                        | Хлеб ржано-пшеничный                                  | 1/33      | 2,4              | 0,4   | 16,9  | 72                         | ТТК№54               |
| Итого:                 |                                                       | 725       | 25,8             | 24,84 | 100,5 | 707,48                     |                      |
| Четверг 26.03.2026     |                                                       |           |                  |       |       |                            |                      |
| Обед                   | Рассольник Ленинградский, цыпленок отварной           | 200/20    | 13,9             | 5,4   | 16,2  | 166                        | 132/2004<br>Т14/1994 |
|                        | Птица запеченная (голень)                             | 90        | 5,3              | 10    | 0,2   | 173,7                      | ТТК4,1               |
|                        | Каша гречневая рассыпчатая, масло сливочное           | 160/5     | 2,15             | 8,2   | 37    | 202,3                      | Т4/1994<br>14/2005   |
|                        | 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:                 |                                                       | 733       | 26,55            | 24,2  | 101,5 | 750                        |                      |
| Пятница 27.03.2026     |                                                       |           |                  |       |       |                            |                      |
| Обед                   | Суп картофельный, рыбная консерва                     | 200/20    | 5,8              | 4     | 19,8  | 135                        | 133/2004<br>Т1/1994  |
|                        | Котлеты мясные                                        | 90        | 12,7             | 12,2  | 14,7  | 234                        | ТТК№63               |
|                        | Рис отварной, масло сливочное                         | 160/6     | 3                | 10    | 30    | 225                        | 465/1994<br>14/2005  |
|                        | 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               |
| Итого:                 |                                                       | 742       | 26,7             | 27    | 117,1 | 819                        |                      |

\*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 СВО, ОВЗ, Многодетные

| Прием пищи             | Наименование блюда                                    | Вес блюда | Пищевые вещества |       |        | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептуры       |
|------------------------|-------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|--------|----------------------------|----------------------|
|                        |                                                       |           | Б                | Ж     | У      |                            |                      |
| Понедельник 23.03.2026 |                                                       |           |                  |       |        |                            |                      |
| Обед                   | Суп картофельный с бобовыми, цыпленок отварной        | 250/20    | 8,1              | 8     | 29,3   | 269/3                      | 139/2004<br>Т17/1994 |
|                        | Гуляш из филе цыпленка                                | 75/50     | 14               | 7     | 5,25   | 300                        | ТТК№20               |
|                        | Макаронные изделия отварные                           | 210       | 4,9              | 12    | 35,6   | 325                        | 469/1994             |
|                        | 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                                  | 1/33      | 2,4              | 0,4   | 16,9   | 72                         | ТТК№54               |
| Итого:                 |                                                       | 863       | 31,5             | 27,6  | 114,95 | 816                        |                      |
| Вторник 24.03.2026     |                                                       |           |                  |       |        |                            |                      |
| Обед                   | Борщ Сибирский на к/б, говядина отварная              | 250/20    | 10,5             | 7,9   | 21,1   | 199,4                      | 111/2004<br>Т8/1996  |
|                        | Крокеты рыбные                                        | 100       | 13,4             | 11,6  | 13,2   | 213                        | ТТК№60               |
|                        | Картофельное пюре                                     | 180       | 3                | 10,5  | 30     | 220                        | 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:                 |                                                       | 808       | 31,4             | 30,6  | 114,9  | 849,4                      |                      |
| Среда 25.03.2026       |                                                       |           |                  |       |        |                            |                      |
| Обед                   | Щи из свежей капусты с картофелем, фрикадельки мясные | 250/20    | 9,1              | 6,5   | 10,7   | 136,5                      | 124/2004<br>112/2004 |
|                        | Котлета "Улыбка"                                      | 60/40     | 9,7              | 7,14  | 4,5    | 122,58                     | ТТК№13               |
|                        | Макаронные изделия отварные                           | 180       | 4,2              | 8     | 54     | 365                        | 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              | 6     | 13,8   | 62                         | ТН                   |
| Итого:                 |                                                       | 832       | 28,3             | 28,04 | 115,1  | 816,08                     |                      |
| Четверг 26.03.2026     |                                                       |           |                  |       |        |                            |                      |
| Обед                   | Рассольник Ленинградский, цыпленок отварной           | 250/10    | 10,03            | 5,85  | 20,1   | 168,5                      | 132/2004<br>Т17/2004 |
|                        | Жаркое "Сюрприз"                                      | 55/205    | 14,6             | 15    | 41,4   | 364                        | 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       | 31,23            | 27,75 | 126,4  | 872,5                      |                      |
| Пятница 27.03.2026     |                                                       |           |                  |       |        |                            |                      |
| Обед                   | Суп картофельный, рыбная консерва                     | 250/20    | 4,75             | 2,25  | 23,75  | 130                        | 133/2004<br>Т1/1994  |
|                        | Котлеты мясные                                        | 100       | 14,1             | 13,6  | 16,3   | 260                        | ТТК№63               |
|                        | Рис отварной, масло сливочное                         | 190/8     | 4,8              | 13,4  | 51,3   | 340                        | 465/1994<br>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:                 |                                                       | 826       | 28,35            | 29,85 | 139,95 | 944                        |                      |

\*Стоимость 1 комплекса обеда учащегося для школьников категории от 12 лет и старше составляет 87 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<br>ценность | №<br>рецептуры       |
|------------------------|-------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|--------|----------------------------|----------------------|
|                        |                                                       |           | Б                | Ж     | У      |                            |                      |
| Понедельник 23.03.2026 |                                                       |           |                  |       |        |                            |                      |
| Обед                   | Суп картофельный с бобовыми, цыпленок отварной        | 250/20    | 8,1              | 8     | 29,3   | 269/3                      | 139/2004<br>Т17/1994 |
|                        | Гуляш из филе цыпленка                                | 60/50     | 14               | 6     | 5,25   | 280                        | ТТК№20               |
|                        | Макаронные изделия отварные                           | 180       | 3,9              | 13    | 35,6   | 345                        | 469/1994             |
|                        | 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                                  | 1/33      | 2,4              | 0,4   | 16,9   | 72                         | ТТК№54               |
| Итого:                 |                                                       | 818       | 30,5             | 27,6  | 114,95 | 816                        |                      |
| Вторник 24.03.2026     |                                                       |           |                  |       |        |                            |                      |
| Обед                   | Борщ Сибирский на к/б                                 | 250       | 6,6              | 4,5   | 19     | 149                        | 111/2004             |
|                        | Крокеты рыбные                                        | 100       | 13,4             | 11,6  | 13,2   | 213                        | ТТК№60               |
|                        | Картофельное пюре, масло сливочное                    | 200/6     | 4,2              | 13,35 | 34     | 262,4                      | 472/1994<br>14/2005  |
|                        | 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:                 |                                                       | 814       | 28,7             | 30,05 | 116,8  | 841,4                      |                      |
| Среда 25.03.2026       |                                                       |           |                  |       |        |                            |                      |
| Обед                   | Щи из свежей капусты с картофелем, фрикадельки мясные | 250/20    | 9,1              | 6,5   | 10,7   | 136,5                      | 124/2004<br>112/2004 |
|                        | Котлета "Улыбка"                                      | 60/40     | 9,7              | 7,14  | 4,5    | 160                        | ТТК№13               |
|                        | Макаронные изделия отварные                           | 190       | 6,4              | 14    | 68     | 390                        | 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               |
| Итого:                 |                                                       | 800       | 27,9             | 28,04 | 115,3  | 816,5                      |                      |
| Четверг 26.03.2026     |                                                       |           |                  |       |        |                            |                      |
| Обед                   | Рассольник Ленинградский, цыпленок отварной           | 250/10    | 10,03            | 5,85  | 20,1   | 168,5                      | 132/2004<br>Т17/2004 |
|                        | Жаркое "Сюрприз"                                      | 55/205    | 14               | 21    | 41,4   | 496                        | ТТК№30               |
|                        | Чай с сахаром                                         | 200       | 0,2              | 0     | 15     | 58                         | 628/1994             |
|                        | Хлеб пшеничный                                        | 2/25      | 3,8              | 0,4   | 25,8   | 122                        | ТТК№54               |
|                        | Хлеб ржано-пшеничный                                  | 1/33      | 2,4              | 0,4   | 16,9   | 72                         | ТТК№54               |
| Итого:                 |                                                       | 803       | 30,43            | 27,65 | 119,2  | 916,5                      |                      |
| Пятница 27.03.2026     |                                                       |           |                  |       |        |                            |                      |
| Обед                   | Суп картофельный, рыбная консерва                     | 250/10    | 5,75             | 3,35  | 24,15  | 161                        | 133/2004<br>Т1/1994  |
|                        | Котлеты мясные                                        | 100       | 14,1             | 13,6  | 16,3   | 260                        | ТТК№63               |
|                        | Рис отварной, масло сливочное                         | 190/5     | 4,8              | 11,2  | 44     | 315                        | 465/1994<br>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:                 |                                                       | 813       | 29,35            | 28,75 | 133,05 | 950                        |                      |

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