

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г.ЙОШКАР-ОЛЫ»
МАУ «Центр детского здорового питания г. Йошкар-Олы»

СОГЛАСОВАНО:

Директор Школы №



УТВЕРЖДАЮ:

Директор
МАУ «Центр детского здорового питания»



А.В.Усков

Перспективное десятидневное меню с 07.04.2025

Завтрак от 7 до 12 лет

Для организации детского питания детей
в образовательных учреждениях г. Йошкар-Олы

Возрастная группа: от 7-11 лет

Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Завтрак	Гарнировка: салат из квашенной капусты	60	0	3,0	4,86	27,2	ТТК№50
	Плов по-домашнему	50/160	16,1	15,8	44,7	412,0	ТТК №2
	АК Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60,0	629/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		508,0	18,7	19,2	77,7	560,2	
Вторник							
Завтрак	Птица запеченная (бедро)	90	10,3	11,7	0,2	173,7	ТТК №32.1
	Каша гречневая рассыпчатая	160	5,2	4,7	42,6	245,0	463/1994
	АК Напиток апельсиновый	200	0,2	0	19,8	77,0	699/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	12,9	61,0	ТТК№57
	Вафли	1/28	1,2	2,9	7,2	30,0	ТН
Итого:		509,0	19,2	19,7	82,7	586,7	
Среда							
Завтрак	Бутерброд с сыром	5/20/25	6,7	5,9	10,2	120,0	3/1997
	Яйцо вареное	1 шт(40)	5,1	4,6	0,3	63,0	324/1997
	Каша пшеничная молочная, масло сливочное	180/5	4,1	7,4	38,8	240,0	Т4/2004, 14/2005
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103,3	762/1997
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		500,0	19,2	19,7	82,6	587,3	
Четверг							
Завтрак	Котлета рыбная с соусом красным основным	90(50/40)	11,2	7,5	11,4	158,0	324/1994 528/3/1994
	Картофельное пюре	150	3,8	8,1	16,1	196,0	472/1994
	АК Компот из свежих яблок и черноплодной рябины	200	0,16	0	17,1	100,0	ТТК№37
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Конфета Суфаэль	1/35	1,8	3,9	20,5	72,5	ТН
Итого		500	18,9	19,7	78,0	587,5	
Пятница							
Завтрак	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	90 (50/40)	8,1	9,0	8,4	143,0	ТТК№52 528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	190	6,7	9,4	26,0	264,5	469/1994
	АК Напиток из плодов шиповника	200	0,8	0	30,0	119,0	705/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		511,0	17,9	18,8	77,3	587,5	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Завтрак	Сосиска отварная	100	10,5	13,0	0,2	197,0	ТТК№100,1
	Каша гречневая рассыпчатая, масло сливочное	180/3	6,6	6,5	51,1	271,0	463/1994,14/2005
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		508,0	19,2	19,7	79,2	587,0	
Вторник							
Завтрак	Котлета «Особая», соус основной красный	90 (50/40)	10,3	11,5	9,4	174,0	472/2/1997 528/3/1994
	Рис отварной	160	4,0	6,4	23,2	167,0	465/1994
	АК Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	704/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Нектар фруктовый в ассортименте	1/200	0	0	16	60,0	ТН
Итого:		675,0	17,4	18,1	74,0	587,5	
Среда							
Завтрак	Яйцо вареное	1 шт(40)	5,1	4,6	0,3	63,0	324/1997
	Каша Дружба, масло сливочное	150/5	4,5	7,4	28,7	208,0	Т4/2004, 14/2005
	Компот Южный	200	0,7	0	28,0	120,0	ТТК1
	Хлеб ржано- пшеничный	31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное йодом	1/200	6,0	6,4	9,4	120,0	ТН
Итого		626,0	18,6	18,8	82,3	579,0	
Четверг							
Завтрак	Фрикадельки в соусе	55/50	13,1	8,2	9,7	217,0	469/2004
	Картофельное пюре	160	3,3	7,2	23,2	162,0	472/1994
	АК Компот из свежих яблок и черноплодной рябины	200	0,15	0	20,9	100,0	ТТК№37
	Хлеб ржано- пшеничный	31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
	Конфета Марсианка	2/10	0,4	3,0	14,0	40,0	ТН
Итого		516,0	19,25	18,8	83,7	587,0	
Пятница							
Завтрак	Гуляш из филе цыпленка	110(60/50)	9,9	9,2	4,8	174,0	ТТК№20
	Макаронные изделия отварные	195	6,8	10,0	44,5	275,0	469/1994
	Напиток апельсиновый	200	0,2	0	19,8	77,0	699/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		530,0	19,0	19,0	82,0	587,0	

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г.ЙОШКАР-ОЛЫ»

МАУ «Центр детского здорового питания г. Йошкар-Олы»

СОГЛАСОВАНО:



Директор Школы №



Директор
МАУ «Центр детского здорового питания»

А.В.Усков

Перспективное десятидневное меню с 07.04.2025

Обед от 7 до 12 лет - вторая смена

Для организации детского питания детей
в образовательных учреждениях г. Йошкар-Олы

Возрастная группа: от 7-11 лет

Первая неделя

Обед с 7-12 лет вторая смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Обед 2 смена	Гарнировка: икра кабачковая	60	0,9	3,7	4,4	54,0	ТН
	Суп картофельный с бобовыми, фрикадельки мясные	200/20	7,8	7,9	38,4	235,0	139/2004,112/2004
	Плов по-домашнему	50/150	16,0	15,8	44,7	412,0	ТТК №2
	АК Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60,0	629/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		712,0	26,9	27,6	115,6	822,0	
Вторник							
Обед 2 смена	Щи из св. капусты с картофелем, цыпленок отварной	200/20	7,2	4,7	26,3	129,0	124/2004 Т-17/1994
	Птица запеченная (бедро)	90	10,3	11,7	0,2	173,7	ТТК №32.1
	Каша гречневая рассыпчатая, масло сливочное	160/3	6,9	9,9	45,4	320,0	463/1994 14/2005
	АК Напиток апельсиновый	200	0,2	0	19,8	77,0	699/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	72,0	ТТК№57
Итого:		704,0	26,9	26,7	107,6	771,7	
Среда							
Обед 2 смена	Рассольник Ленинградский, фрикадельки мясные	200/20	8,7	6,1	16,1	154,0	132/2004 112/2004
	Котлета «Особая» с соусом красным основным	100 (50/50)	8,7	12,1	11,0	187,5	474/2/1997 528/3/1994
	Каша пшенная вязкая	200	5,2	5,15	22,6	225,0	Т4/463/1994
	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	27,6	115,0	585/3/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
	Конфета Суфазель	1/35	1,8	3,9	20,5	72,5	ТН
Итого		786,0	26,9	27,6	113,7	822,0	
Четверг							
Обед 2 смена	Суп картофельный/рыбная консерва	200/20	7,6	9,0	26,1	163,0	Т1/3/1994, 133/2004
	Котлета рыбная с соусом красным основным	90 (60/30)	11,2	7,5	12,5	162,0	324/1994 528/3/1994
	Картофельное пюре, масло сливочное	190/4	3,9	8,3	36,8	237,0	472/1994 14/2005
	АК Компот из свежих яблок и черноплодной рябины	200	0,16	0	17,1	100,0	ТТК№37
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		735,0	25,16	25,2	108,4	730,0	
Пятница							
Обед 2 смена	Суп крестьянский с крупой, цыпленок отварной	200/20	9,4	7,4	32,1	161,0	134/2004 Т-17/1994
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	90 (50/40)	8,1	9,0	8,4	143,0	ТТК№52 528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	195	6,8	10,0	43,8	286,0	469/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		736,0	26,8	26,8	115,2	716,0	

Вторая неделя

Обед с 7-12 лет вторая смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Обед 2 смена	Суп картофельный с макаронными изделиями, фрикадельки мясные	200/20	7,2	4,7	26,8	143,0	140/2004, 112/2004
	Сосиска отварная	100	10,5	12,0	0,2	197,0	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	160/5	5,4	9,8	45,6	257,0	463/1994/14/2005
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		710,0	25,2	26,7	100,5	716,0	
Вторник							
Обед 2 смена	Рассольник ленинградский на к/б	200	6,0	6,2	16,0	114,0	132/2004
	Котлета «Особая», соус красный основной	90 (50/40)	10,3	11,5	9,4	174,0	472/2/1997 528/3/1994
	Рис отварной	180	7,0	9,6	28,6	200,0	465/1994
	АК Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	704/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Нектар фруктовый в ассортименте	1/200	0	0	16	60,0	ТН
Итого:		895,0	26,4	27,5	114,5	735,0	
Среда							
Обед 2 смена	Борщ с капустой, картофелем на к/б	200	3,5	3,5	11,7	109,0	110/2004
	Сарделька по-таирски	90	14,9	12,5	8,4	164,0	ТТК№9
	Каша пшениная вязкая, масло сливочное	150/5	4,2	8,8	33,8	206,0	463/1994 14/2005
	Напиток клюквенный	200	0,1	0	24,9	97,0	700/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК №57
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		701,0	26,9	25,4	107,6	705,0	
Четверг							
Обед 2 смена	Суп картофельный с бобовыми, мясные фрикадельки	220	8,1	9,5	31,5	214,0	139/2004 112/2004
	Фрикадельки в соусе	55/50	13,1	8,2	9,7	217,0	469/2004
	Картофельное пюре	150	3,2	7,7	29,9	160,0	472/1994
	АК Компот из свежих яблок и черноплодной рябины	200	0,16	0	20,9	100,0	ТТК37
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК №57
	Печенье Чоко пай	1/30	0,5	2,05	2,9	70,0	ТН
Итого		730,0	26,95	27,65	107,8	822,0	
Пятница							
Обед 2 смена	Суп картофельный с крупой, фрикадельки мясные	200/20	7,2	6,0	23,5	187,0	138/2004 112/2004
	Гуляш из филе цыпленка	100 (50/50)	9,9	9,2	4,8	174,0	ТТК№20
	Макаронные изделия отварные	150	4,0	8,2	39,5	235,0	469/1994
	Напиток апельсиновый	200	0,2	0	19,8	77,0	699/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		705,0	23,2	23,6	100,5	734,0	

19

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г.ЙОШКАР-ОЛЫ»

МАУ «Центр детского здорового питания г. Йошкар-Олы»

СОГЛАСОВАНО:

Директор Школы №



УТВЕРЖДАЮ:

Директор
МАУ «Центр детского здорового питания»



А.В.Усков

Перспективное десятидневное меню с 07.04.2025

Полдник от 7 до 12 лет – многодетные, ОВЗ

Для организации детского питания детей
в образовательных учреждениях г. Йошкар-Олы

Возрастная группа: от 7-11 лет

Полдник от 7 до 12 лет ОВЗ и многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Полдник	Сосиска отварная	100	10,5	17,0	0,2	197,0	ТТК№100,1
	Каша пшенная вязкая	170	4,8	7,7	27,2	199,0	463/1994
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	6,0	6,4	9,4	120,0	ТН
Итого		470,0	21,3	31,1	36,8	516,0	
Вторник							
Полдник	Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком	150/20	45,3	16,4	31,1	356,0	362/2004
	Напиток клюквенный	200	0,1	0	24,9	97,0	700/2004
Итого:		370,0	45,4	16,4	56,0	453,0	
Среда							
Полдник	Котлета куриная рубленая с соусом основным красным	50/50	7,88	6,6	9,4	158,0	ТТК№52 528/3/1994
	Рис отварной	150	3,7	6,0	40,5	230,0	465/1994
	Компот из свежих яблок и клюквы	200	0,1	---	25,6	99,0	ТТК№37
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Нектар фруктовый в ассортименте	1/200	0	0	16,0	60,0	ТН
Итого		675,0	13,6	12,8	104,4	608,0	
Четверг							
Полдник	Пудинг с фруктами со сгущенным молоком	200/10	2,0	11,0	37,4	180,0	Т ТК№51
	Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	74/2004
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	0,6	0	18,9	78,0	ТН
Итого		560,0	3,8	11,0	87,9	384,0	-
Пятница							
Полдник	Манник	150	7,8	17,5	69,3	344,0	ТТК№5
	Сладкая подлива	50	0,1	-	21,7	83,0	ТТК№25
	Компот «Южный»	200	0,3	0	28,0	120,0	ТТК№1
	Фрукт: груша свежая	1/150	0,8	0,6	20,0	86,0	ТН
Итого		550,0	9,0	18,1	139,0	633,0	

Вторая неделя

Полдник от 7 до 12 лет ОВЗ, многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Полдник	Макароны запеченные с сыром	180	9,82	7,5	44,09	284,0	ТТК№226
	Бутерброд с маслом	10/25	1,9	8,5	12,9	136,0	1/3/1997
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63,0	324/1997
	Компот из свежих яблок и черноплодной рябины	200	0,16	0	17,1	100,0	ТТК№37
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	6,0	6,4	9,4	60,0	ТН
Итого		655,0	23,0	27,0	83,8	643,0	
Вторник							
Полдник	Запеканка из творога со сгущенным молоком	140/20	13,4	14,7	24,6	250,0	366/2004
	Напиток апельсиновый	200	0,2	0	19,8	77,0	699/2004
	Фрукт: яблоко свежее	1 шт (1/150)	0,6	0	12,0	70,0	ТН
Итого:		510,0	14,2	14,7	56,4	397,0	
Среда							
Полдник	Пудинг с фруктами со сгущенным молоком	200/15	2,0	11,0	37,4	180,0	Т ТК№51
	Напиток из черноплодной рябины	200	0,6	-	24,8	97,0	ТТК№27
	Нектар фруктовый в ассортименте	1/200	0	0	16,0	60,0	ТН
	Фрукт: апельсин свежий	1/150	1,8	0,4	16,2	86,0	ТН
Итого		765,0	4,4	11,4	94,4	423,0	
Четверг							
Полдник	Манник	150	6,2	14,0	55,4	275,0	ТТК №5
	Сладкая подлива	60	1,3	-	21,6	83,0	ТТК№25
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное йодом	1/200	6,0	6,4	9,4	120,0	ТН
	Фрукт: яблоко свежее	1 шт (1/150)	0,6	0	12,0	70,0	ТН
Итого		560,0	14,1	20,4	98,4	548,0	
Пятница							
Полдник	Котлета куриная рубленая	50	7,2	7,8	5,1	116,0	ТТК 52
	Рис отварной, масло сливочное	185/10	4,7	12,6	50,0	357,0	465/1994, 14/2005
	Напиток клюквенный	200	0,1	-	24,9	97,0	700/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		476,0	14,3	20,8	92,9	631,0	

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г.ЙОШКАР-ОЛЫ»
МАУ «Центр детского здорового питания г. Йошкар-Олы»

СОГЛАСОВАНО:



УТВЕРЖДАЮ:



Перспективное десятидневное меню с 07.04.2025

2 завтрак от 7 до 12 лет – многодетные, ОВЗ

Для организации детского питания детей

в образовательных учреждениях г. Йошкар-Олы

Возрастная группа: от 7-11 лет

Первая неделя

2 завтрак от 7 до 12 лет ОВЗ и многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
2 завтрак	Сосиска отварная	100	10,5	17,0	0,2	197,0	ТТК№100,1
	Каша пшениная вязкая	170	4,8	7,7	27,2	199,0	463/1994
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	6,0	6,4	9,4	120,0	ТН
Итого		470,0	21,3	31,1	36,8	516,0	
Вторник							
2 завтрак	Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком	150/20	45,3	16,4	31,1	356,0	362/2004
	Напиток клюквенный	200	0,1	0	24,9	97,0	700/2004
Итого:		370,0	45,4	16,4	56,0	453,0	
Среда							
2 завтрак	Котлета куриная рубленая с соусом основным красным	50/50	7,88	6,6	9,4	158,0	ТТК№52 528/3/1994
	Рис отварной	150	3,7	6,0	40,5	230,0	465/1994
	Компот из свежих яблок и клюквы	200	0,1	---	25,6	99,0	ТТК№37
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Нектар фруктовый в ассортименте	1/200	0	0	16,0	60,0	ТН
Итого		675,0	13,6	12,8	104,4	608,0	
Четверг							
2 завтрак	Пудинг с фруктами со сгущенным молоком	200/10	2,0	11,0	37,4	180,0	Т ТК№51
	Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	74/2004
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	0,6	0	18,9	78,0	ТН
Итого		560,0	3,8	11,0	87,9	384,0	
Пятница							
2 завтрак	Манник	150	7,8	17,5	69,3	344,0	ТТК№5
	Сладкая подлива	50	0,1	-	21,7	83,0	ТТК№25
	Компот «Южный»	200	0,3	0	28,0	120,0	ТТК№1
	Фрукт: груша свежая	1/150	0,8	0,6	20,0	86,0	ТН
Итого		550,0	9,0	18,1	139,0	633,0	

Вторая неделя

2 завтрак от 7 до 12 лет ОБЗ, многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
2 завтрак	Макароны запеченные с сыром	180	9,82	7,5	44,09	284,0	ТТК№226
	Бутерброд с маслом	10/25	1,9	8,5	12,9	136,0	1/3/1997
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63,0	324/1997
	Компот из свежих яблок и черноплодной рябины	200	0,16	0	17,1	100,0	ТТК№37
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	6,0	6,4	9,4	60,0	ТН
Итого		655,0	23,0	27,0	83,8	643,0	
Вторник							
2 завтрак	Запеканка из творога со сгущенным молоком	140/20	13,4	14,7	24,6	250,0	366/2004
	Напиток апельсиновый	200	0,2	0	19,8	77,0	699/2004
	Фрукт: яблоко свежее	1 шт (1/150)	0,6	0	12,0	70,0	ТН
Итого:		510,0	14,2	14,7	56,4	397,0	
Среда							
2 завтрак	Пудинг с фруктами со сгущенным молоком	200/15	2,0	11,0	37,4	180,0	Т ТК№51
	Напиток из черноплодной рябины	200	0,6	-	24,8	97,0	ТТК№27
	Нектар фруктовый в ассортименте	1/200	0	0	16,0	60,0	ТН
	Фрукт: апельсин свежий	1/150	1,8	0,4	16,2	86,0	ТН
Итого		765,0	4,4	11,4	94,4	423,0	
Четверг							
2 завтрак	Манник	150	6,2	14,0	55,4	275,0	ТТК №5
	Сладкая подлива	60	1,3	-	21,6	83,0	ТТК№25
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное йодом	1/200	6,0	6,4	9,4	120,0	ТН
	Фрукт: яблоко свежее	1 шт (1/150)	0,6	0	12,0	70,0	ТН
Итого		560,0	14,1	20,4	98,4	548,0	-
Пятница							
2 завтрак	Котлета куриная рубленая	50	7,2	7,8	5,1	116,0	ТТК 52
	Рис отварной, масло сливочное	185/10	4,7	12,6	50,0	357,0	465/1994, 14/2005
	Напиток клюквенный	200	0,1	-	24,9	97,0	700/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		476,0	14,3	20,8	92,9	631,0	

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г.ЙОШКАР-ОЛЫ»
МАУ «Центр детского здорового питания г. Йошкар-Олы»

СОГЛАСОВАНО:



УТВЕРЖДАЮ:

Директор
МАУ «Центр детского здорового питания»



А.В.Усков

Перспективное десятидневное меню с 07.04.2025

Обед от 7 до 12 лет за родительскую плату

Для организации детского питания детей
в образовательных учреждениях г. Йошкар-Олы

Возрастная группа: от 7-11 лет

Первая неделя

Обед от 7 до 12 лет за родительскую плату

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б	200	8,3	7,9	23,3	174,0	139/2004
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	22,4	8,6	4,4	158,0	ТТК20
	Макаронные изделия отварные	150	5,3	6,2	35,3	221,0	469/1994
	Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	704/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		706,0	41,3	23,3	123,4	808,0	
Вторник							
Обед	Щи из св. капусты с картофелем, цыпленок отварной	200/20	7,2	4,7	26,3	129,0	124/2004 Т-17/1994
	Котлета рыбная с соусом красным основным	100 (50/50)	12,4	8,3	12,7	175,0	324/1994 528/3/1994
	Картофельное пюре	150	3,2	8,8	21,9	214,0	472/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого:		726,0	27,1	22,4	104,7	705,0	
Среда							
Обед	Рассольник Ленинградский на к/б	200	4,1	6,5	16,0	114,0	132/2004
	Котлета «Улыбка»	100 (50/50)	8,4	7,9	4,9	116,0	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные	150	5,3	7,2	35,3	226,0	469/1994
	АК Компот «Южный»	200	0,3	0	28,0	120,0	ТТК№1
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		706,0	22,2	22,2	113,0	705,0	
Четверг							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	200/20	7,9	9,0	26,1	163,0	133/2004 Т1/3/1994
	Сосиска отварная	100	10,5	17,0	0,2	197,0	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	150/3	4,5	8,4	46,1	224,0	463/1994, 14/2005
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60,0	629/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		705,0	25,1	34,6	100,5	705,0	
Пятница							
Обед	Суп крестьянский с крупой, цыпленок отварной	200/20	8,7	7,4	26,2	161,0	134/2004 Т-17/1994
	Котлеты домашние с соусом красным основным	90(60/30)	9,6	13,8	10,8	205,0	271/2/2005 528/3/1994
	Рис отварной	150	3,3	5,8	37,0	204,0	465/1994
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81,0	ТТК№46
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		716,0	26,1	27,6	121,6	780,0	

Вторая неделя

Обед от 7 до 12 лет за родительскую плату

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, фрикадельки мясные	200/20	8,9	9,46	33,2	235,0	140/2004, 112/2004
	Плов по-домашнему с филе куриным	240 (50/190)	26,9	16,8	45,0	419,0	ТТК№2/2
	Напиток из плодов шиповника	200	0,8	-	30,0	119,0	705/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		716,0	40,7	26,9	137,0	902,0	
Вторник							
Обед	Рассольник ленинградский на к/б	200	11,5	9,8	43,3	195,0	32/2004
	Котлета рыбная с соусом красным основным	50/40	9,1	5,62	9,7	123,0	324/1994 528/3/1994
	Картофельное пюре	190	3,8	8,0	27,0	259,0	472/1994
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60,0	629/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого:		718,0	26,9	23,8	111,1	705,0	
Среда							
Обед	Борщ с капустой, картофелем на к/б	200	8,25	11,5	26,0	206,0	110/2004
	Котлета куриная рубленая с соусом основным красным	50/50	9,45	5,5	16,34	202,0	ТТК№52, 528/3/1994
	Макаронные изд. отварные	150	5,3	6,2	35,3	221,0	469/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		706,0	27,3	23,8	121,4	816,0	
Четверг							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б	200	7,4	5,4	23,3	174,0	139/2004
	Жаркое Сюрприз	245 (55/190)	23,0	12,9	39,0	343,0	ТТК№30
	Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	704/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		701,0	35,7	18,9	122,7	772,0	
Пятница							
Обед	Суп картофельный с крупой, фрикадельки мясные	200/20	7,2	6,0	28,4	167,0	138/2004 112/2004
	Котлеты домашние с соусом основным красным	50/50	6,1	8,3	13,2	156,0	271/2/2005 528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,4	7,0	42,0	279,0	463/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		701,0	24,1	21,7	114,5	728,0	

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

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г.ЙОШКАР-ОЛЫ»
МАУ «Центр детского здорового питания г. Йошкар-Олы»

СОГЛАСОВАНО:



УТВЕРЖДАЮ:

Директор
МАУ «Центр детского здорового питания»



Перспективное десятидневное меню с 07.04.2025

Обед от 12 лет и старше за родительскую плату

Для организации детского питания детей

в образовательных учреждениях г. Йошкар-Олы

Возрастная группа: от 12 лет и старше

Первая неделя

Обед от 12 лет и старше за родительскую плату

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б	250	10,4	9,8	29,1	218,0	139/2004
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	22,4	8,6	4,4	158,0	ТТК20
	Макаронные изделия отварные	195	6,9	8,1	45,9	287,0	469/1994
	Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	704/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		801,0	45,0	27,1	139,8	918,0	
Вторник							
Обед	Щи из св. капусты с картофелем, цыпленок отварной	250/20	14,3	11,0	32,1	252,0	124/2004 Т-17/1994
	Котлета рыбная с соусом красным основным	100 (50/50)	12,4	8,3	12,7	176,0	324/1994 528/3/1994
	Картофельное пюре	180	3,8	8,0	26,3	201,0	472/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого:		806,0	34,8	27,9	114,9	816,0	
Среда							
Обед	Рассольник Ленинградский на к/б	250	6,1	7,6	20,0	164,0	132/2004
	Котлета «Улыбка»	100 (50/50)	8,4	7,9	4,9	116,0	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные	195	6,6	9,1	45,9	287,0	469/1994
	АК Компот «Южный»	200	0,3	0	28,0	120,0	ТТК№1
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		801,0	25,5	25,2	127,6	816,0	
Четверг							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	250/10	8,5	14,5	30,7	204,0	Т1/3/1994 133/2004
	Сосиска отварная	100	10,5	17,0	0,2	197,0	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	200/3	6,0	11,1	61,0	287,0	463/1994 14/2005
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60,0	629/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		801,0	27,5	43,0	123,0	816,0	
Пятница							
Обед	Суп крестьянский с крупой, цыпленок отварной	250/20	8,2	8,1	26,2	171,0	134/2004 Т-17/1994
	Котлеты домашние, соус красный основной	60/40	8,0	9,28	14,2	174,0	528/3/1994
	Рис отварной	180	4,54	7,2	48,6	276,0	465/1994
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81,0	ТТК№46
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		806,0	25,2	25,2	136,6	831,0	

Вторая неделя

Обед от 12 лет и старше за родительскую плату

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, фрикадельки мясные	250/20	9,45	9,69	44,4	288,0	140/2004, 112/2004
	Плов по-домашнему с филе куриным	240 (50/190)	26,9	16,8	45,0	419,0	ТТК№2/2
	Напиток из плодов шиповника	200	0,8	-	30,0	119,0	705/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
Итого		801,0	41,5	27,1	149,2	959,0	
Вторник							
Обед	Рассольник ленинградский на к/б	250	5,1	5,3	20,0	250,0	32/2004
	Котлета рыбная с соусом основным красным	50/50	9,3	5,9	10,5	129,0	324/1994 528/3/1994
	Картофельное пюре	200	4,3	9,3	30,4	248,0	472/1994
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60,0	629/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого:		813,0	23,2	21,1	104,9	816,0	
Среда							
Обед	Борщ с капустой, картофелем на к/б	250	6,6	5,4	32,3	219,0	110/2004
	Котлета куриная рубленая запеченный с соусом красным основным	50/50	9,45	5,5	16,34	202,0	ТТК№52, 528/3/1994
	Макаронные изд. отварные	200	7,04	8,1	46,9	272,0	469/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		806,0	27,5	19,6	139,3	880,0	
Четверг							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б	250	14,6	7,9	28,5	268,0	139/2004
	Жаркое Сюрприз	260 (55/205)	24,4	13,69	41,4	364,0	ТТК№30
	Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	704/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
Итого		801	44,5	22,2	131,3	891,0	
Пятница							
Обед	Суп картофельный с крупой, фрикадельки мясные	250/20	7,9	5,1	27,4	174,0	138/2004 112/2004
	Котлеты домашние с соусом основным красным	50/50	6,1	8,3	13,2	156,0	271/2/2005 528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,28	9,28	43,12	288,0	463/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		806,0	27,7	23,3	127,5	805,0	

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г.ЙОШКАР-ОЛЫ»
МАУ «Центр детского здорового питания г. Йошкар-Олы»

СОГЛАСОВАНО:



Директор МКОУ №

УТВЕРЖДАЮ:

Директор
МАУ «Центр детского здорового питания»



А.В.Усков

Перспективное десятидневное меню с 07.04.2025

Обед от 12 лет и старше -СВО

Для организации детского питания детей
в образовательных учреждениях г. Йошкар-Олы

Возрастная группа: от 12 лет и старше

Первая неделя

Обед от 12 лет и старше - сво

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б	250	10,4	9,8	29,1	218,0	139/2004
	Гуляш из филе цыпленка	110 (60/50)	24,6	9,2	4,8	174,0	ТТК20
	Макаронные изделия отварные	220	7,7	9,0	51,7	323,4	469/1994
	Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	704/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		836,0	48,1	28,6	146,0	970,4	
Вторник							
Обед	Щи из св. капусты с картофелем, цыпленок отварной	250/20	14,3	11,0	32,1	252,0	124/2004 Т-17/1994
	Котлета рыбная с соусом красным основным	100 (60/40)	12,4	8,3	12,7	176,0	324/1994 528/3/1994
	Картофельное пюре	210	4,4	9,5	30,7	229,0	472/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Нектар фруктовый в ассортименте	1/200	1,0	0,2	20,0	82,0	ТН
Итого:		1005,0	34,2	29,2	123,4	858,0	
Среда							
Обед	Гарнировка: икра морковная	100	2,2	7,5	10,2	122,0	78/2004
	Рассольник Ленинградский, фрикадельки мясные	250/20	14,9	6,5	20,2	195,0	132/2004, 112/2004,
	Котлета «Улыбка»	100 (60/40)	11,0	7,6	4,1	174,0	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные	190	6,7	7,8	44,7	280,0	469/1994
	АК Компот «Южный»	200	0,3	0	28,0	120,0	ТТК№1
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		885,0	37,0	29,6	120,1	952,0	
Четверг							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	8,5	14,5	30,7	204,0	Т1/3/1994 133/2004
	Сосиска отварная	100	10,5	17,0	0,2	197,0	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая	200	6,0	9,4	60,9	289,0	463/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		801,0	27,5	41,3	122,7	816,0	
Пятница							
Обед	Суп крестьянский с крупой, цыпленок отварной	250/20	8,2	9,1	26,2	171,0	134/2004 Т-17/1994
	Котлеты домашние с соусом красным основным	100 (60/40)	8,0	9,28	14,2	174,0	271/2/2005 528/3/1994
	Рис отварной	220	5,5	8,8	59,4	336,0	465/1994
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81,0	ТТК№46
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
	Конфета Марсианка	2/10	0,4	3,0	14,0	82,0	ТН
Итого		866,0	26,7	30,8	161,4	973,0	

Обед от 12 лет и старше -сво

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, фрикадельки мясные	250/20	9,45	9,69	44,4	288,0	140/2004, 112/2004
	Плов по-домашнему с филе куриным	240 (50/190)	26,9	16,8	45,0	419,0	ТТК№2/2
	Напиток из плодов шиповника	200	0,8	-	30,0	119,0	705/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
Итого		801,0	41,5	27,1	149,2	959,0	
Вторник							
Обед	Рассольник ленинградский на к/б	250	6,1	7,3	20,9	250,0	32/2004
	Котлета рыбная с соусом основным красным	50/50	10,3	7,9	10,5	129,0	324/1994 528/3/1994
	Картофельное пюре	180	6,3	10,3	40,4	248,0	472/1994
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60,0	629/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
	Фрукт: яблоко свежее	1 шт (1/150)	0,6	0	12,0	70,0	ТН
Итого:		918,0	25,9	25,9	114,9	825,0	
Среда							
Обед	Борщ с капустой, картофелем на к/б	250	6,6	6,4	32,3	219,0	110/2004
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	50/50	9,45	8,5	16,34	202,0	ТТК№52 528/3/1994
	Макаронные изд. отварные	210	6,3	8,3	42,2	245,0	469/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Конфета Марсианка	1/10	0,2	1,5	7,0	20,0	ТН
Итого		826,0	26,95	25,3	141,6	873,0	
Четверг							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на к/б	250/20	14,6	8,9	28,5	268,0	139/2004 112/2004
	Жаркое Сюрприз	260 (55/205)	24,4	13,69	41,4	364,0	ТТК№30
	Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	704/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	2/31	4,6	0,8	31,8	136,0	ТТК№57
	Вафли	1/28	1,2	3,9	7,2	30,0	ТН
Итого		820,0	46,0	27,3	140,5	924,0	
Пятница							
Обед	Суп картофельный с крупой, фрикадельки мясные	250/20	7,9	5,1	27,4	174,0	138/2004 112/2004
	Котлеты домашние с соусом основным красным	50/50	6,1	8,3	13,2	156,0	271/2/2005 528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая, масло сливочное	185/8	10,9	13,8	52,6	403,0	463/1994 14/2005
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	2/31	4,6	0,8	31,8	136,0	ТТК№57
	Нектар фруктовый в ассортименте	1/200	0	0	16,0	60,0	ТН
Итого		1025,0	29,7	28,0	156,0	987,0	

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г.ЙОШКАР-ОЛЫ»
МАУ «Центр детского здорового питания г. Йошкар-Олы»

СОГЛАСОВАНО:



УТВЕРЖДАЮ:

Директор
МАУ «Центр детского здорового питания»



А.В.Усков

Перспективное десятидневное меню с 07.04.2025

Обед от 12 лет и старше -многодетные, овз

Для организации детского питания детей

в образовательных учреждениях г. Йошкар-Олы

Возрастная группа: от 12 лет и старше

Обед от 12 лет и старше - многодетные, ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Обед	Суп картофельный с бобовыми, фрикадельки мясные	250/20	15,0	9,9	29,3	257,5	139/2004 112/2004,
	Гуляш из филе цыпленка	110 (60/50)	24,6	9,2	4,8	174,0	ТТК20
	Макаронные изделия отварные	180	6,3	7,4	42,3	265,0	469/1994
	Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	704/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		816,0	51,3	27,1	136,8	951,5	
Вторник							
Обед	Щи из св. капусты с картофелем, цыпленок отварной	250/20	14,3	11,0	32,1	252,0	124/2004 Т-17/1994
	Котлета рыбная с соусом красным основным	100 (60/40)	12,4	8,3	12,7	176,0	324/1994 528/3/1994
	Картофельное пюре	210	4,4	9,5	30,7	229,0	472/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
	Нектар фруктовый в ассортименте	1/200	1,0	0,2	20,0	82,0	ТН
Итого:		1011,0	34,6	29,4	126,4	865,0	
Среда							
Обед	Гарнировка: икра морковная	100	2,2	7,5	10,2	122,0	78/2004
	Рассольник Ленинградский, фрикадельки мясные	250/20	14,9	6,5	20,2	195,0	132/2004, 112/2004,
	Котлета «Улыбка»	100 (70/30)	11,0	7,6	4,1	174,0	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные	190	6,7	7,8	44,7	280,0	469/1994
	АК Компот «Южный»	200	0,3	0	28,0	120,0	ТТК№1
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		885,0	37,0	29,6	120,1	952,0	
Четверг							
Обед	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	8,5	14,5	30,7	204,0	Т1/3/1994 133/2004
	Сосиска отварная	100	10,5	17,0	0,2	197,0	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	190/3	5,7	10,5	57,9	287,0	463/1994 14/2005
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60,0	629/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого		801,0	27,3	42,4	119,9	816,0	
Пятница							
Обед	Суп крестьянский с крупой, цыпленок отварной	250/20	8,2	9,1	26,2	171,0	134/2004 Т-17/1994
	Котлеты домашние с соусом красным основным	100 (60/40)	8,0	9,28	14,2	174,0	271/2/2005 528/3/1994
	Рис отварной	180	4,54	8,2	48,6	276,0	465/1994
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81,0	ТТК№46
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	0,6	0	18,9	78,0	ТН
Итого		956,0	25,9	27,2	155,5	909,0	

Обед от 12 лет и старше -многодетные, овз

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, фрикадельки мясные	250/20	9,45	9,69	44,4	288,0	140/2004, 112/2004
	Плов по-домашнему с филе куриным	240 (50/190)	26,9	16,8	45,0	419,0	ТТК№2/2
	Напиток из плодов шиповника	200	0,8	-	30,0	119,0	705/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
	Вафли	1/28	1,2	2,9	7,2	30,0	ТН
Итого		829,0	42,7	29,99	156,4	989,0	
Вторник							
Обед	Рассольник ленинградский, щипленок отварной	250/20	6,1	7,3	20,9	250,0	32/2004, Т-17/1994
	Котлета рыбная с соусом основным красным	50/50	10,3	7,9	10,5	129,0	324/1994 528/3/1994
	Картофельное пюре	185	6,3	10,3	40,4	248,0	472/1994
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60,0	629/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
	Фрукт: яблоко свежее	1 шт (1/150)	0,6	0	12,0	70,0	ТН
Итого:		943,0	25,9	25,9	114,9	825,0	
Среда							
Обед	Борщ с капустой, картофелем, фрикадельки мясные	250/20	6,6	6,4	32,3	219,0	110/2004 112/2004
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	50/50	9,45	8,5	16,34	202,0	ТТК№52 528/3/1994
	Макаронные изд. отварные	210	6,3	8,3	42,2	245,0	469/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	2/31	4,6	0,8	31,8	136,0	ТТК№57
	Итого		842,0	27,2	24,0	137,6	860,0
Четверг							
Обед	Суп картофельный с бобовыми, фрикадельки мясные	250/20	14,6	8,9	28,5	268,0	139/2004 112/2004
	Жаркое Сюрприз	260 (55/205)	24,4	13,69	41,4	364,0	ТТК№30
	Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	704/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	2/31	4,6	0,8	31,8	136,0	ТТК№57
	Итого		817,0	46,7	23,59	146,2	955,0
Пятница							
Обед	Суп картофельный с крупой, фрикадельки мясные	250/20	7,9	5,1	27,4	174,0	138/2004 112/2004
	Котлеты домашние с соусом основным красным	50/50	6,1	8,3	13,2	156,0	271/2/2005 528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая, масло сливочное	185/8	10,9	13,8	52,6	403,0	463/1994 14/2005
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	2/31	4,6	0,8	31,8	136,0	ТТК№57
	Нектар фруктовый в ассортименте	1/200	0	0	16,0	60,0	ТН
	Итого		1025,0	29,7	28,0	156,0	987,0