

Согласовано
Директор Школы № 3



Утверждаю
Директор МАУ «Центр детского
здорового питания»
А.В.Усков



Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 03.03.2025							
Завтрак	Сосиска отварная	100	8,65	9,35	22,0	187,0	ТТК№100,1
	Каша гречневая рассыпчатая, масло сливочное	170/5	8,5	8,8	33,8	281,0	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		500,0	19,25	18,35	83,70	587,0	
Вторник 04.03.2025							
Завтрак	Котлета «Особая», соус красный основной	90 (50/40)	6,61	11,4	5,8	150,0	472/2/1997 528/3/1994
	Рис отварной	180	3,39	5,6	3,39	154,0	465/1994
	АК Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	704/1994
	Пряник	1/42	1,8	0,4	16,2	85,0	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	2,4	0,4	16,9	72,0	ТТК№57
Итого:		537,0	15,4	17,8	75,0	587,0	
Среда 05.03.2025							
Завтрак	Яйцо вареное	1 шт(40)	5,1	4,6	0,3	63,0	324/1997
	Подкоголи картофелем с маслом сливочным	170/5	7,5	11,0	28,0	273,0	ТТК№99,2, 14/2005
	Компот Южный	200	0,7	0	28,0	120,0	ТТК1
	Фрукт: яблоко свежее	1 шт (150)	0,6	0	14,0	70,0	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		590,0	16,0	16,0	83,0	587,0	
Четверг 06.03.2025							
Завтрак	Жаркое «Сюрприз»	260 (55/205)	14,4	13,9	39,4	364,0	ТТК№30
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81,0	ТТК№46
	Хлеб ржано-пшеничный	31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
	Конфета Марсианка	11	0,2	1,5	7,0	41,0	ТН
Итого		502,0	17,3	15,8	81,1	554,0	
Пятница 07.03.2025							
Завтрак	Котлета «Улыбка»	100(50/50)	8,4	8,2	4,9	116,0	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные	180	6,3	7,4	42,3	264,0	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
	Нектар фруктовый в ассортименте	1/200	1,0	0,2	20,0	82,0	ТН
Итого		705,0	18,0	16,0	83,0	587,0	

*Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося для школьников категории от 7 до 12 лет составляет не менее 63 рублей

Согласовано
Директор Школы № 3



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		
Понедельник 03.03.2025							
Завтрак	Сосиска отварная	100	9,5	13,0	22,0	197,0	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	220/5	6,5	7,6	17,7	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		550,0	18,1	20,8	67,6	573,0	
Вторник 04.03.2025							
Завтрак	Котлеты «Особая», соус основной красный	100 (50/50)	8,09	9,1	13,8	170,0	472/2/1997 528/3/1994
	Рис отварной	220	7,3	8,8	53,9	321,0	465/1994
	АК Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	704/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого:		551,0	18,8	18,3	115,2	685,0	
Среда 05.03.2025							
Завтрак	Яйцо вареное	1 шт(40)	5,1	4,6	0,3	63,0	324/1997
	Подкоголи картофелем с маслом сливочным	170/5	7,5	11,0	28,0	273,0	ТТК№99,2, 14/2005
	Компот Южный	200	0,7	0	28,0	120,0	ТТК1
	Фрукт: яблоко свежее	1 шт (150)	0,6	0	14,0	70,0	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		590,0	16,0	16,0	83,0	587,0	
Четверг 06.03.2025							
Завтрак	Гарнировка: капуста тушенная	100	2,5	4,6	10,7	94,0	214/2004
	Жаркое «Сюрприз»	50/150	12,0	13,7	30,3	280,0	ТТК№30
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81,0	ТТК№46
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122,0	ТТК№57
Итого		550,0	18,7	18,7	85,6	577,0	
Пятница 07.03.2025							
Завтрак	Котлета «Улыбка»	100(50/50)	8,4	6,9	4,9	116,0	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные	190	6,6	10,9	44,6	280,0	469/1994
	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		553,0	19,5	18,4	93,5	585,0	

*Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося для школьников категории от 12 лет и старше составляет 70 рублей

Согласовано
Директор Школы № 3



Утверждаю
Директор МАУ «Центр детского
здорового питания»
А.В.Усков



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 03.03.2025							
2 завтрак	Пельмени запеченные в сметане	160	15,8	27,1	24,5	408,0	669/1996
	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		385,0	18,0	27,3	65,4	589,0	
Вторник 04.03.2025							
2 завтрак	Запеканка из творога со сгущенным молоком	140/10	14,3	15,7	26,2	267,6	366/2004
	Компот из свежих яблок и клюквы	200	0,1	0	25,6	99,0	ТТК№37
	Фрукт: мандарин свежий	1 шт (1/100)	0,8	0,2	7,5	38,0	ТН
Итого:		450,0	15,2	15,9	59,3	404,6	
Среда 05.03.2025							
2 завтрак	Котлета рубленая из говядины с соусом красным основным	50/50	7,88	6,6	9,4	158,0	ТТК№47 528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,7	7,8	42,6	279,0	463/1994
	Напиток из черноплодной рябины	200	0,6	-	24,8	97,0	ТТК№27
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		475,0	19,1	14,6	89,7	595,0	
Четверг 06.03.2025							
2 завтрак	Манник	150	7,8	17,5	69,3	344,0	ТТК №5
	Сладкая подлива	30	0,8	-	13,0	50,0	ТТК№25
	Компот из изюма	200	0,4	1,0	10,3	127,0	638/2004
	Молоко ультрапастеризованное	1/200	5,6	5,0	9,4	104,0	ТН
Итого		580,0	14,6	23,5	102,0	625,0	
Пятница 07.03.2025							
2 завтрак	Шницель «Тотоша» рубленый запеченный с соусом красным основным	50/40	9,0	6,5	10,2	148,0	ТТК 48 528/3/1994
	Рис отварной	150	3,6	6,0	36,8	219,0	465/1994
	Напиток клюквенный	200	0,1	-	24,9	97,0	700/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		465,0	14,6	12,7	84,8	525,0	

*Стоимость 1 комплекса на одного учащегося составляет 75 рублей

Согласовано
Директор Школы № 3



Утверждаю
Директор МАУ «Центр детского
здорового питания»
А.В.Усков



Полдник от 7 до 12 лет ОВЗ и многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 03.03.2025							
Полдник	Пельмени запеченные в сметане	160	15,8	27,1	24,5	408,0	669/1996
	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		385,0	18,0	27,3	65,4	589,0	
Вторник 04.03.2025							
Полдник	Запеканка из творога со сгущенным молоком	140/10	14,3	15,7	26,2	267,6	366/2004
	Компот из свежих яблок и клюквы	200	0,1	0	25,6	99,0	ТТК№37
	Фрукт: мандарин свежий	1 шт (1/100)	0,8	0,2	7,5	38,0	ТН
Итого:		450,0	15,2	15,9	59,3	404,6	
Среда 05.03.2025							
Полдник	Котлета рубленая из говядины с соусом красным основным	50/50	7,88	6,6	9,4	158,0	ТТК№47 528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,7	7,8	42,6	279,0	463/1994
	Напиток из черноплодной рябины	200	0,6	-	24,8	97,0	ТТК№27
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		475,0	19,1	14,6	89,7	595,0	
Четверг 06.03.2025							
Полдник	Манник	150	7,8	17,5	69,3	344,0	ТТК №5
	Сладкая подлива	30	0,8	-	13,0	50,0	ТТК№25
	Компот из изюма	200	0,4	1,0	10,3	127,0	638/2004
	Молоко ультрапастеризованное	1/200	5,6	5,0	9,4	104,0	ТН
Итого		580,0	14,6	23,5	102,0	625,0	
Пятница 07.03.2025							
Полдник	Шницель «Тотоша» рубленый запеченный с соусом красным основным	50/40	9,0	6,5	10,2	148,0	ТТК 48 528/3/1994
	Рис отварной	150	3,6	6,0	36,8	219,0	465/1994
	Напиток клюквенный	200	0,1	-	24,9	97,0	700/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		465,0	14,6	12,7	84,8	525,0	

*Стоимость 1 комплекса на одного учащегося составляет 75 рублей

Согласовано
Директор Школы № 3



Утверждаю
Директор МАУ «Центр детского
здорового питания»
А.В.Усков



Полдник -ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 03.03.2025							
Полдник	Вафли	1/28	0,5	1,1	18,0	30,0	ТН
	Компот из изюма	200	0,4	1,0	10,3	127,0	638/2004
	Фрукт: яблоко свежее	1 шт (150)	0,6	0	18,9	78,0	ТН
Итого		378,0	1,5	2,1	47,2	235,0	
Вторник 04.03.2025							
Полдник	Печенье «Юбилей»	3/17	4,5	4,5	35,0	225,0	ТН
	Напиток апельсиновый	200	0,1	0	25,2	96,0	699/2004
	Фрукт: груша свежая	1шт (1/150)	0,8	0,6	20,0	86,0	ТН
Итого:		401,0	5,4	5,1	80,2	407,0	
Среда 05.03.2025							
Полдник	Конфета Степ	1/40	2,6	10,8	22,4	196,0	ТН
	Какао с молоком	200	4,9	5,0	32,5	190,0	693/2004
	Фрукт: апельсин свежий	1шт (1/150)	1,8	0,4	16,2	86,0	ТН
Итого		390,0	9,3	16,2	71,1	472,0	
Четверг 06.03.2025							
Полдник	Пряник	1/42	1,8	0,4	16,2	85,0	ТН
	Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	704/2004
	Фрукт: мандарин свежий	1 шт (1/100)	0,8	0,2	7,5	38,0	ТН
Итого		342,0	3,8	0,6	55,3	249,0	
Пятница 07.03.2025							
Полдник	Печенье Супер-контик	1/50	2,7	12,0	31,0	240,0	ТН
	Компот из свежих груш	200	0,2	0	27,6	115,0	585/3/1994
	Фрукт: яблоко свежее	1 шт (1/150)	0,6	0	18,9	78,0	ТН
Итого		400,0	3,5	12,0	77,5	433,0	

*Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося составляет 48 рублей

Согласовано

Директор Школы № 3


 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 03.03.2025							
Обед 2 смена	Суп картофельный с макаронными изделиями, фрикадельки мясные	200/20	8,9	9,46	33,2	235,0	140/2004, 112/2004
	Сосиска отварная	100	8,65	9,35	22,0	187,0	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	160/5	6,0	7,55	23,0	170,0	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	25,65	26,56	106,1	710,5	
Вторник 04.03.2025							
Обед 2 смена	Рассольник ленинградский, цыпленок отварной	200/20	11,55	9,85	43,3	195,0	132/2004 Т-17/1994
	Котлета «Особая», соус красный основной	90 (50/40)	6,61	11,4	5,8	150,0	472/2/1997 528/3/1994
	Рис отварной, масло сливочное	180/3	3,8	5,3	7,8	175,0	465/1994, 14/2005
	АК Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126,0	704/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
Итого:		724,0	25,46	26,95	104,4	714,0	
Среда 05.03.2025							
Обед 2 смена	Борщ с капустой, картофелем на к/б	200	8,25	11,5	26,0	147,0	110/2004
	Биточки по-белорусски, соус сметанный с томатом	90(60/30)	9,2	8,7	3,3	185,0	467/2004, 601/2004
	Каша пшеничная вязкая	150	4,5	6,8	17,1	171,0	465/1994
	Компот Южный	200	0,3	0	28,0	120,0	ТТК№1
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК №57
	Фрукт: яблоко свежее	1 шт(150)	0,6	0	14,0	70,0	ТН
Итого		821,0	25,15	27,45	104,3	761,0	
Четверг 06.03.2025							
Обед 2 смена	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	200/20	7,9	12,7	30,2	131,0	124/2004, Т-17/1994
	Жаркое Сюрприз	55/205	14,4	13,9	39,4	364,0	ТТК№30
	АК 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
Итого		736,0	26,9	27,2	117,2	705,0	
Пятница 07.03.2025							
Обед 2 смена	Суп картофельный с крупой, фрикадельки мясные	200/20	7,0	12,75	25,0	167,0	138/2004 112/2004
	Котлета «Улыбка»	100(50/50)	8,4	6,5	4,9	116,0	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные	150	5,3	7,4	22,5	221,0	469/1994
	Напиток апельсиновый	200	0,2	0	19,8	77,0	699/2004
	Пряник	1/42	1,8	0,4	16,2	85,0	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК №57
Итого		743,0	26,8	27,65	117,2	795,0	

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

Согласовано
Директор Школы № 3



Утверждаю
Директор МАУ «Центр детского
здорового питания»
А.В.Усков



Обед от 7 до 12 лет за родительскую плату

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 03.03.2025							
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	240 (50/190)	16,3	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	30,1	26,8	137,0	902,0	
Вторник 04.03.2025							
Обед	Рассольник ленинградский на к/б	200	11,5	9,8	43,3	195,0	132/2004
	Шницель Тотоша рубленый запеченный с соусом основным красным	50/40	9,0	6,5	10,2	148,0	ТТК№48, 528/3/1994
	Картофельное пюре	190	4,0	8,6	27,7	234,0	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	27,0	25,3	112,3	705,0	
Среда 05.03.2025							
Обед	Борщ с капустой, картофелем на к/б	200	8,25	11,5	26,0	147,0	110/2004
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	22,4	5,6	4,4	158,0	ТТК№20
	Макаронные изд. отварные	150	5,3	6,2	35,3	221,0	469/1994
	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		706,0	40,3	23,7	109,5	713,0	
Четверг 04.03.2025							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	200/20	7,9	12,7	30,2	131,0	124/2004 Т-17/1994
	Котлета рыбная с соусом красным основным	50/50	10,1	5,7	9,7	131,0	324/1994 528/3/1994
	Рис отварной	150	3,6	6,0	37,0	207,0	465/1994
	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		726,0	26,9	25,0	137,3	724,0	
Пятница 05.03.2025							
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

Согласовано
Директор Школы № 3



Утверждаю
Директор МАУ «Центр детского
здорового питания»
А.В.Усков



Обед от 12 лет и старше за родительскую плату

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 03.03.2025							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, фрикадельки мясные	250/20	10,9	11,6	40,8	288,0	140/2004, 112/2004
	Плов по-домашнему	240 (50/190)	16,3	16,8	45,0	419,0	ТТК№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	43,2	29,0	145,6	959,0	
Вторник 04.03.2025							
Обед	Рассольник ленинградский на к/б	250	14,4	12,2	45,0	243,0	132/2004
	Шницель «Тотоша» рубленый запеченный с соусом красным основным	50/50	9,0	6,5	10,2	148,0	ТТК№48, 528/3/1994
	Картофельное пюре	200	4,3	9,3	30,4	238,0	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	32,2	28,6	129,6	816,0	
Среда 05.03.2025							
Обед	Борщ с капустой, картофелем на к/б	250	10,3	14,4	32,5	184,0	110/2004
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	22,4	5,6	4,4	158,0	ТТК№20
	Макаронные изд. отварные	200	7,04	8,1	46,9	283,0	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	44,1	28,9	127,6	812,0	
Четверг 06.03.2025							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	250/20	9,7	15,6	37,1	161,0	124/2004 Т-17/1994
	Котлета рыбная с соусом основным красным	50/50	9,3	5,9	10,5	129,0	324/1994 528/3/1994
	Рис отварной	180	6,8	7,2	44,1	271,0	463/1994
	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		806,0	31,2	29,3	152,1	816,0	
Пятница 07.03.2025							
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	299,0	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	27,6	23,3	127,5	816,0

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

Согласовано

Директор Школы № 3



Утверждаю

Директор МАУ «Центр детского

здорового питания»

А.В.Усков



Обед от 12 лет и старше -СВО,многодетные,ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 03.03.2025							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, фрикадельки мясные	250/20	10,9	11,6	40,8	288,0	140/2004, 112/2004
	Плов по-домашнему	240 (50/190)	16,3	16,8	45,0	419,0	ТТК№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	43,2	29,0	145,6	959,0	
Вторник 04.03.2025							
Обед	Рассольник ленинградский на к/б	250	11,5	12,2	45,0	243,0	132/2004
	Шницель «Тотоша» рубленный запеченный с соусом красным основным	50/50	9,0	6,5	10,2	148,0	ТТК№48 528/3/1994
	Картофельное пюре	190	3,9	8,4	27,4	236,0	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:		803,0	28,9	27,7	126,6	816,0	
Среда 05.03.2025							
Обед	Борщ с капустой, картофелем, фрикадельки мясные	250/20	11,2	14,4	32,5	259,0	110/2004 112/2004
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	22,4	5,6	4,4	158,0	ТТК№20
	Макаронные изд. отварные	200	7,04	8,1	46,9	283,0	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		826,0	45,0	28,7	127,6	887,0	
Четверг 06.03.2025							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленок отварной	250/20	9,7	15,6	37,1	161,0	124/2004 Т-17/1994
	Котлета рыбная с соусом основным красным	60/40	9,3	5,9	10,5	129,0	324/1994 528/3/1994
	Рис отварной	200	7,6	8,0	49,0	301,0	463/1994
	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		826,0	32,0	30,1	157,0	846,0	
Пятница 07.03.2025							
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	299,0	463/1994
	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
	Нектар фруктовый в ассортименте	1/200	1,0	0,2	20,0	82,0	ТН
Итого		1006,0	28,7	23,5	147,5	898,0	

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