

Согласовано
Директор Школы №3



Утверждаю

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

Завтрак 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энерге- тическая а	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
Понедельник 06.10.2025							
Завтрак	Сосиска отварная	100,00	10,50	11,00	0,20	187,00	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	170/5	5,10	6,80	47,50	230,00	ТТК№58 14/2005
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,20	0,00	10,20	80,00	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
Итого		508,00	18,00	18,20	73,80	565,00	
Вторник 07.10.2025							
Завтрак	Котлета мясная	90	10,20	8,30	14,70	188,00	ТТК№63
	Рис отварной, масло сливочное	200/10	4,00	7,50	22,40	201,00	465/1994 14/2005
	АК компот Изюминка	200	0,20	0,00	16,80	50,00	ТТК№61
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	1,80	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	3,00	3,40	9,40	80,00	ТН
Итого:		733,00	19,20	19,60	79,20	587,00	
Среда 08.10.2025							
Завтрак	Яйцо вареное	1шт(40)	5,10	4,60	0,30	63,00	324/1997
	Каша пшеничная молочная, масло сливочное	200/10	8,30	12,00	32,80	290,00	T4/2004,14/20 05
	Кофейный напиток	200,00	1,40	1,60	12,00	103,00	763/3/1997
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК№54
	Фрукт: груша свежая	1 шт (200)	0,72	0,00	12,00	70,00	ТН
Итого		675,00	17,42	18,40	70,00	587,00	
Четверг 09.10.2025							
Завтрак	Котлета "Улыбка"	90(60/30)	10,00	8,90	4,90	166,00	ТТК№13
	Картофельное пюре	160,00	4,50	7,57	19,00	164,21	472/1994
	АК Компот из сухофруктов	200,00	0,20	0,00	17,30	84,00	ТТК№61
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
	Фрукт:яблоко свежее	1/150	0,60	0,60	14,70	71,00	ТН
Итого		633,00	17,50	17,47	71,80	553,21	
Пятница 10.10.2025							
Завтрак	Гуляш из филе цыпленка	60/50	11,60	8,10	4,60	174,00	ТТК№20
	Макаронные изделия отварные	180,00	5,10	9,40	35,60	175,00	469/1994
	Компот из свежих плодов	200,00	0,20	0,00	14,80	97,00	585/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК№54
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,20	0,00	10,20	80,00	ТН
Итого		715,00	19	17,7	78,1	587	

*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	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
Понедельник 06.10.2025							
Завтрак	Сосиска отварная	100,00	10,50	11,00	0,20	187,00	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	220/10	6,60	15,10	48,40	324,00	ТТК№58 14/2005
	Чай с лимоном	200/7	0,30	0,00	15,20	60,00	629/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
	Хлеб пшеничный	1/25	2,90	0,20	12,90	61,00	ТТК№54
Итого		595,00	22,50	26,70	92,60	700,00	
Вторник 07.10.2025							
Завтрак	Котлета мясная	100,00	14,10	13,60	16,30	260,00	ТТК№63
	Рис отварной	220	5,50	6,20	42,20	239,00	465/1994
	АК Компот Изюминка	200,00	0,20	0,00	20,80	84,00	ТТК№61
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,30	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
Итого:		553,00	22,10	20,20	95,20	651,00	
Среда 08.10.2025							
Завтрак	Яйцо вареное	1 шт(40)	5,10	4,60	0,30	63,00	324/1997
	Каша пшениная молочная, масло сливочное	200/10	10,16	15,30	45,46	323,00	Т4/2004, 14/2005
	Кофейный напиток	200	1,40	1,60	12,00	103,00	763/3/1997
	Хлеб пшеничный	1/25	2,90	0,20	12,90	61,00	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
	Фрукт:мандарин свежий	1шт (100)	0,90	0,20	8,10	43,00	ТН
Итого		608,00	22,66	22,30	94,66	661,00	
Четверг 09.10.2025							
Завтрак	Котлета "Улыбка"	100 (60/40)	10,00	9,90	5,40	184,00	ТТК№13
	Картофельное пюре	220,00	4,62	9,90	32,12	239,80	472/1994
	АК Компот из сухофруктов	200,00	0,20	0,00	20,80	84,00	ТТК№61
	Хлеб пшеничный	2/25	3,80	0,40	25,80	122,00	ТТК№54
Итого		570,00	20,92	20,60	100,02	687,80	
Пятница 10.10.2025							
Завтрак	Гуляш из филе цыпленка	50/50	12,40	5,60	4,20	158,00	ТТК№20
	Макаронные изделия отварные	220,00	6,30	11,50	52,70	323,00	469/1994
	Компот из свежих плодов	200,00	0,20	0,00	14,80	97,00	585/1994
	Хлеб ржано- пшеничный	2/33	4,40	0,80	31,80	136,00	ТТК№54
Итого		586,00	23,30	17,90	103,50	714,00	

*Стоимость 1 комплекса завтрака на одного учащегося для школьников категории от 12 лет и старше составляет 84 рубля

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	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
Понедельник 06.10.2025							
Полдник	Котлета куриная рубленая	50,00	7,20	7,80	5,10	116,00	ТТК№52
	Макаронные изделия	200/8	5,90	14,10	47,10	331,00	469/1994
	Напиток ягодный	200,00	0,30	0,00	17,20	71,00	ТТК№64
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,20	0,00	10,20	80,00	ТН
Итого		658,00	13,60	21,90	79,60	598,00	
Вторник 07.10.2025							
Полдник	Пудинг с фруктами, соус сладкий	200/50	3,10	17,20	58,40	281,00	ТТК№51 ТТК №67
	Напиток Витаминный	200,00	0,30	0,14	19,50	82,00	ТТК№59
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	5,00	6,40	9,40	120,00	ТН
Итого:		650,00	8,40	23,74	87,30	483,00	
Среда 08.10.2025							
Полдник	Гуляш из говядины	50/50	16,40	6,00	3,50	135,00	437/2004
	Рис отварной	200,00	4,35	7,76	49,29	271,76	465/1994
	Напиток ягодный	200,00	0,30	0,00	17,20	71,00	ТТК№64
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
Итого		533,00	23,25	14,16	85,89	545,76	
Четверг 09.10.2025							
Полдник	Манник	200,00	7,80	17,50	69,30	344,00	ТТК№5
	Сладкая подлива	50,00	1,30	0,00	21,60	83,00	ТТК№25
	Кофейный напиток	200,00	1,40	1,60	12,00	103,00	763/3/1997
	Фрукт:груша свежая	1шт (200)	0,72	0,28	30,40	114,00	ТН
Итого		650,00	11,22	19,38	133,30	644,00	
Пятница 10.10.2025							
Полдник	Сосиски молочные	100,00	10,50	11,00	0,20	187,00	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	170/10	5,30	8,00	38,80	227,00	ТТК№58 14/2005
	Чай с лимоном	200/7	0,30	0,00	15,20	60,00	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК№54
	Фрукт:яблоко свежее	1 шт (1/150)	1,40	0,30	12,20	65,00	ТН
Итого		662,00	19,40	19,50	79,30	600,00	

*Стоимость 1 комплекса на одного учащегося составляет 82 рубля

Согласовано
Директор Школы №3



Утверждаю

Директор МАУ "Центр детского
здорового питания
А.В.Усков
2 неделя

Полдник ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
Понедельник 06.10.2025							
Полдник	Печенье «Юбилей»	4/17	1,30	3,10	11,40	79,00	ТН
	Фрукт: яблоко свежее	1шт (1/150)	1,40	0,30	12,20	65,00	ТН
	Чай с лимоном	200/7	0,30	0,00	15,20	60,00	629/1994
Итого		425,00	3,00	3,40	38,80	204,00	
Вторник 07.10.2025							
Полдник	Конфета Марсианка	1/11	0,20	1,50	7,00	41,00	ТН
	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	15,00	58,00	628/1994
	Фрукт:груша свежая	1шт (1/200)	0,60	0,00	12,00	60,00	ТН
Итого:		411,00	1,00	1,50	34,00	159,00	
Среда 08.10.2025							
Полдник	Печенье «Юбилей»	4/17	1,30	3,10	11,40	79,00	ТН
	Фрукт: яблоко свежее	1 шт (1/150)	1,40	0,30	12,20	65,00	ТН
	Компот из сухофруктов	200,00	0,20	0,00	20,80	84,00	ТТК№61
Итого		418,00	2,90	3,40	44,40	228,00	
Четверг 09.10.2025							
Полдник	Печенье «Супер-контик»	1/50	2,80	13,00	31,00	232,00	ТН
	Чай с лимоном	200/7	0,30	0,00	15,20	60,00	629/1994
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,20	0,00	10,20	80,00	ТН
Итого		457,00	3,30	13,00	56,40	372,00	
Пятница 10.10.2025							
Полдник	Пряник	1/42	2,60	6,00	13,80	62,00	ТН
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	5,00	6,40	9,40	120,00	ТН
	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	15,00	58,00	628/1994
Итого		442,00	7,80	12,40	38,20	240,00	

*Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося составляет 41 рубль

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	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
Понедельник 06.10.2025							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, цыпленок отварной	200/20	8,00	6,80	29,30	155,00	140/2004 Т17/1994
	Сосиска отварная	100,00	10,50	11,00	0,20	187,00	ТТК №100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	150/3	4,50	6,80	44,90	215,00	ТТК№58 14/2005
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,20	0,00	10,20	80,00	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
Итого		706,00	25,40	25,00	100,50	705,00	
Вторник 07.10.2025							
Обед	Борщ с капустой и картофелем, фрикадельками мясные	200/20	7,00	5,60	11,90	136,00	110/2004 112/2004
	Котлета мясная	90,00	10,20	8,30	14,70	188,00	ТТК №63
	Рис отварной, масло сливочное	170/4	4,30	7,50	32,10	266,00	465/1994 14/2005
	АК Компот Изюминка	200,00	0,20	0,00	20,80	84,00	ТТК№61
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	1,80	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	3,00	3,40	9,40	80,00	ТН
Итого:		917,00	26,50	25,20	104,80	822,00	
Среда 08.10.2025							
Обед	Рассольник Ленинградский, цыпленок отварной	200/20	8,50	6,40	16,20	166,00	132/2004 Т-17/1994
	Котлета Куриная рубленая с соусом красным	50/40	9,00	8,40	10,20	148,00	ТТК№52, 528/3/1994
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	180/5	5,00	8,60	42,10	242,00	ТТК№58
	Чай с лимоном	200/7	0,30	0,00	15,20	60,00	629/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
Итого		760,00	26,90	24,00	112,50	745,00	
Четверг 09.10.2025							
Обед	Суп картофельный с бобовыми, фрикадельки мясной	200/20	9,40	9,17	23,50	214,00	139/2004 112/2004
	Котлеты "Улыбка"	90 (60/30)	9,00	8,90	4,90	166,00	ТТК№13
	Картофельное пюре	160,00	3,50	7,50	19,00	164,20	472/1994
	АК Компот из сухофруктов	200,00	0,20	0,00	20,80	84,00	ТТК№61
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	14,10	62,00	ТТК№54
	Фрукт: яблоко свежее	1/150	0,60	0,60	14,70	71,00	ТН
Итого		878,00	26,80	26,77	109,90	822,20	
Пятница 10.10.2025							
Обед	Суп-лапша домашняя, цыпленок отварной	200/20	6,00	5,70	11,60	137,00	148/2004 Т-17/1994
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	12,40	7,70	4,20	158,00	ТТК №20
	Макаронные изделия отварные	200	4,00	9,90	47,00	282,00	469/1994
	Компот из свежих плодов	200,00	0,20	0,00	14,80	97,00	585/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,10	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,20	0,00	10,20	80,00	ТН
Итого		953,00	24,90	23,70	103,70	822,00	

*Стоимость 1 комплекса обеда на одного учащегося для школьников категории от 7 до 12 лет составляет 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	Пищевые вещества			Энергети ческая	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
Понедельник 06.10.2025							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, цыпленок отварной	200/20	8,00	6,80	29,30	155,00	140/2004 Т-17/1994
	Плов по-домашнему с филе куриным	260 (50/210)	16,90	19,80	45,00	419,00	ТТК№2/2
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,20	0,00	10,20	80,00	ТН
	Хлеб пшеничный	2/25	3,80	0,40	25,80	122,00	ТТК№54
Итого		730,00	28,90	27,00	110,30	776,00	
Вторник 07.10.2025							
Обед	Борщ с капустой и картофелем, фрикадельки мясные	200/20	7,00	5,60	11,90	136,00	110/2004, 112/2004
	Птица запеченная(бедро)	90	11,00	10,40	0,20	187,00	ТТК№32.1
	Каша пшенная вязкая, масло сливочное	180/5	5,00	11,70	44,00	262,00	463/1994, 14/2005
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,60	58,00	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК№54
Итого:		753,00	27,30	28,30	100,50	772,00	
Среда 08.10.2025							
Обед	Рассольник Ленинградский, цыпленок отварной	200/20	8,60	6,40	16,20	166,00	132/2004 Т-17/1994
	Котлета мясная	90	12,20	11,40	14,70	234,00	ТТК№63
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	180/6	6,30	10,90	42,30	280,00	469/1994 14/2005
	АК Напиток ягодный	200	0,30	0,00	17,20	71,00	ТТК№64
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
Итого		754,00	31,50	29,30	119,20	880,00	
Четверг 09.10.2025							
Обед	Суп картофельный с бобовыми, фрикадельки мясные	200/20	9,40	9,17	23,50	214,00	139/2004 112/2004
	Сосиска отварная	100	10,50	11,00	0,20	197,00	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	180/5	5,40	8,10	42,10	205,00	ТТК№58 14/2005
	Чай с шиповником	200	0,40	0,00	18,80	81,00	ТТК№46
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,40	0,80	31,80	136,00	ТТК№54
Итого		771,00	30,10	29,07	116,40	833,00	
Пятница 10.10.2025							
Обед	Суп лапша домашняя, цыпленок отварной	200/20	6,00	5,70	11,60	137,00	148/2004, Т-17/1994
	Крокеты рыбные	90	12,10	10,40	11,90	192,00	ТТК №60
	Рис отварной.масло сливочное	190/5	4,70	10,90	50,86	336,30	465/1994 14/2005
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	58,00	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
Итого		763,00	27,10	27,60	118,16	852,30	

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

Согласовано
Директор Школы №3



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

Обед от 12 и старше СВО

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энерге тическ	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
Понедельник 06.10.2025							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями на к/б	250	4,50	3,30	23,90	129,00	140/2004
	Плов по-домашнему с филе куриным	240 (50/190)	16,90	19,80	41,50	419,00	ТТК№2/2
	АК Напиток ягодный	200	0,30	0,00	17,20	71,00	ТТК№64
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,20	0,20	10,20	80,00	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,50	0,80	31,80	136,00	ТТК№54
Итого		956,00	26,40	24,10	124,60	835,00	
Вторник 07.10.2025							
Обед	Борщ с капустой, картофелем, фрикадельки мясные	250/20	6,40	4,40	28,80	196,00	110/2004 114/2004 Т-17/1994
	Птица запеченная (бедро)	100	13,40	13,50	0,20	208,00	ТТК №32,1
	Каша пшенная вязкая, масло сливочное	180/3	5,30	10,10	45,70	260,00	463/1994 14/2005
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	58,00	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК№54
Итого:		811,00	29,40	28,60	118,50	851,00	
Среда 08.10.2025							
Обед	Рассольник Ленинградский, цыпленок отварной	250/20	9,80	7,40	20,20	203,00	132/2004 Т- 17/1994
	Котлета мясная	100	14,10	13,60	16,30	260,00	ТТК№63
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	200/5	7,10	10,70	47,10	293,00	469/1994 14/2005
	АК Напиток ягодный	200	0,30	0,00	17,20	71,00	ТТК№64
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
Итого		808,00	33,50	32,10	116,70	895,00	
Четверг 09.10.2025							
Обед	Суп картофельный с бобовыми, фрикадельки	250/20	13,10	11,90	28,80	262,00	139/2004 112/2004
	Сосиска отварная	100	10,50	11,00	0,20	197,00	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	200/6	6,00	11,10	51,20	257,00	ТТК№58 14/2005
	Чай с шиповником	200	0,40	0,00	18,80	81,00	ТТК №46
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
Итого		809	32,20	34,40	114,90	865,00	
Пятница 10.10.2025							
Обед	Суп-лапша домашняя, цыпленок отварной	250/20	14,10	5,60	20,70	177,00	148/2004 Т-17/1994
	Крокеты рыбные	100	13,40	11,60	13,20	213,00	ТТК №60
	Рис отварной, масло сливочное	180/3	4,80	7,60	36,40	239,00	465/1994
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	58,00	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК №54
Итого		811,00	36,60	25,40	114,10	816,00	

*Стоимость 1 комплекса обеда 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 -ОВЗ/многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энерге- тическая	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
Понедельник 06.10.2025							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, цыпленок отварной	250/20	13,30	7,10	26,60	181,00	140/2004 Т17/1994
	Плов по-домашнему с филе куриным	240 (50/190)	16,90	19,80	45,00	419,00	ТТК №2/2
	АК Напиток ягодный	200	0,30	0,00	17,20	71,00	ТТК№64
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,20	0,00	10,20	80,00	ТН
Итого		943,00	32,90	27,30	114,90	819,00	
Вторник 07.10.2025							
Обед	Борщ с капустой картофелем, фрикадельки мясные	250/20	6,40	4,40	28,80	196,00	110/2004 112/2004
	Птица запеченная (бедро)	100	13,40	13,50	0,20	208,00	ТТК№32.1
	Каша пшениная вязкая	200	10,80	14,20	41,10	302,00	463/1994
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	58,00	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
	Пряник	1/42	2,60	6,00	13,80	62,00	ТН
Итого:		845,00	35,60	38,50	114,80	894,00	
Среда 08.10.2025							
Обед	Рассольник Ленинградский, цыпленок отварной	250/20	9,80	7,40	20,20	203,00	132/2004 Т-17/1994
	Котлета мясная	100	14,10	13,60	16,30	260,00	ТТК№63
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	200/10	7,00	13,42	47,00	331,40	469/1994
	АК Напиток ягодный	200	0,30	0,00	17,20	71,00	ТТК №64
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК№54
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	4,40	0,80	15,90	68,00	ТТК №54
Итого		838,00	37,50	35,42	129,50	994,40	
Четверг 09.10.2025							
Обед	Суп картофельный с бобовыми, фрикадельки мясные	250/20	13,10	11,90	28,80	262,00	139/2004 112/2004
	Сосиски отварные	100	10,50	11,00	0,20	197,00	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	220/10	6,30	14,70	51,50	313,00	ТТК№58 14/2005
	Чай с шиповником	200	0,40	0,00	18,80	81,00	ТТК№46
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,40	0,80	31,80	136,00	ТТК№54
Итого		866,00	34,70	38,40	131,10	989,00	
Пятница 10.10.2025							
Обед	Суп-лапша домашняя, цыпленок отварной	250/20	14,10	5,60	20,70	177,00	148/2004 Т-17/1994
	Крокеты рыбные	100	13,40	11,60	13,20	213,00	ТТК№60
	Рис отварной, масло сливочное	200/9	5,00	12,10	54,90	365,00	465/1994
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	58,00	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
Итого		837,00	36,80	29,90	132,60	942,00	

*Стоимость 1 комплекса обеда учащегося для школьников категории от 12 лет и старше составляет 82 рубля

Согласовано
Директор Школы №3



Утверждаю

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

Обед от 12 и старше-родительская плата

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
		блюда	Б	Ж	У		
Понедельник 06.10.2025							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями на к/б	250	4,50	3,30	23,90	129,00	140/2004
	Плов по-домашнему с филе куриным	240 (50/190)	16,90	19,80	41,50	419,00	ТТК№2/2
	АК Напиток ягодный	200	0,30	0,00	17,20	71,00	ТТК№64
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,20	0,20	10,20	80,00	ТН
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,50	0,80	31,80	136,00	ТТК№54
Итого		956,00	26,40	24,10	124,60	835,00	
Вторник 07.10.2025							
Обед	Борщ с капустой, картофелем, фрикадельки мясные	250/20	6,40	4,40	28,80	196,00	110/2004 114/2004 Т-17/1994
	Птица запеченная (бедро)	100	13,40	13,50	0,20	208,00	ТТК №32,1
	Каша пшениная вязкая, масло сливочное	180/3	5,30	10,10	45,70	260,00	463/1994 14/2005
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	58,00	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК№54
Итого:		811,00	29,40	28,60	118,50	851,00	
Среда 08.10.2025							
Обед	Рассольник Ленинградский, цыпленок отварной	250/20	9,80	7,40	20,20	203,00	132/2004 Т-17/1994
	Котлета мясная	100	14,10	13,60	16,30	260,00	ТТК№63
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	200/5	7,10	10,70	47,10	293,00	469/1994 14/2005
	АК Напиток ягодный	200	0,30	0,00	17,20	71,00	ТТК№64
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
Итого		808,00	33,50	32,10	116,70	895,00	
Четверг 09.10.2025							
Обед	Суп картофельный с бобовыми, фрикадельки	250/20	13,10	11,90	28,80	262,00	139/2004 112/2004
	Сосиска отварная	100	10,50	11,00	0,20	197,00	ТТК№100,1
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	200/6	6,00	11,10	51,20	257,00	ТТК№58 14/2005
	Чай с шиповником	200	0,40	0,00	18,80	81,00	ТТК №46
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
Итого		809	32,20	34,40	114,90	865,00	
Пятница 10.10.2025							
Обед	Суп-лапша домашняя, цыпленок отварной	250/20	14,10	5,60	20,70	177,00	148/2004 Т-17/1994
	Крокеты рыбные	100	13,40	11,60	13,20	213,00	ТТК №60
	Рис отварной, масло сливочное	180/3	4,80	7,60	36,40	239,00	465/1994
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	58,00	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,20	0,40	15,90	68,00	ТТК№54
	Хлеб пшеничный	1/25	1,90	0,20	12,90	61,00	ТТК №54
Итого		821,00	36,60	25,40	114,10	816,00	

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