

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

СОГЛАСОВАНО:

Директор Школы № *10*

[Handwritten signature]



УТВЕРЖДАЮ:

Директор
МАУ «Центр детского здорового питания»

[Handwritten signature]
А.В.Усков



Перспективное десятидневное меню с 10.03.2025

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	50	5,3	8,5	0,1	99,0	ТТК№100,1
	Каша пшениная вязкая	180	5,4	8,1	40,7	205,2	Т4/2004
	Масло сливочное	5	0,05	2,6	0,05	37,0	14/2005
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	3,0	6,4	9,4	60,0	ТН
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
Итого		460	15,7	19,8	63,2	462,2	
Вторник							
2 завтрак	Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком	150/20	45,3	16,4	31,1	356,0	362/2004
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81,0	ТТК№46
	Фрукт: груша свежая	1 шт(150)	0,8	0,6	20,0	86,0	ТН
Итого:		520,0	46,5	17,0	69,9	523,0	
Среда							
2 завтрак	Котлета рубленая из говядины с соусом основным красным	50/50	7,88	6,6	9,4	158,0	ТТК№47 528/3/1994
	Рис отварной	160	4,0	6,4	43,2	244,0	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
Итого		485,0	13,9	13,2	91,1	562,0	
Четверг							
2 завтрак	Бутерброд с маслом	10/25	1,9	8,5	12,9	136,0	1/3/1997
	Макароны запеченные с сыром	180	9,82	7,5	44,09	284,0	ТТК№226
	Напиток из плодов шиповника	200	0,8	-	30,0	119,0	705/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
	Фрукт: апельсин свежий	1шт(150)	1,8	0,4	16,2	86,0	ТН
Итого		596,0	16,5	16,8	119,1	693,0	
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
	Нектар фруктовый в ассортименте	1/200	1,0	0,2	20,0	82,0	ТН
Итого		600,0	9,2	17,7	139,0	629,0	

Вторая 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	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 Южный	200	0,3	0	28,0	120,0	ТТК№1
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	6,0	6,4	9,4	60,0	ТН
Итого		655,0	23,1	27,0	94,7	663,0	
Вторник							
2 завтрак	Запеканка из творога со сгущенным молоком	140/10	13,4	14,7	24,6	250,0	366/2004
	Компот из свежих яблок и клюквы	200	0,1	0	25,6	99,0	ТТК№37
	Фрукт: яблоко свежее	1 шт (1/150)	0,6	0	12,0	70,0	ТН
Итого:		500,0	14,1	14,7	62,2	419,0	
Среда							
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	170	8,8	8,8	40,7	272,0	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		495,0	19,2	15,6	87,8	588,0	
Четверг							
2 завтрак	Манник	120	6,2	14,0	55,4	275,0	ТТК №5
	Сладкая подлива	50	1,3	-	21,6	83,0	ТТК№25
	Компот из изюма	200	0,4	1,0	10,3	127,0	638/2004
	Фрукт: груша свежая	1 шт (1/200)	0,8	0,6	20,0	86,0	ТН
Итого		570,0	8,7	15,6	107,3	571,0	
Пятница							
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	160	3,0	5,0	3,0	186,0	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		475,0	14,0	11,7	51,0	492,0	