

Согласовано
Директор Школы №



Утверждаю

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

Завтрак с 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 07.09.2026							
Завтрак	Гарнировка: Горошек зеленый	60	1,8	0	3,6	21	ТТК№40
	Тефтели из мяса птицы с соусом красным основным	75/30	9,7	5,4	7,9	137,4	ТТК№103 528/1994
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	180/5	5,4	12,2	26,8	221	464/1994 14/2005
	АКЧай 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:		775	19,2	17,8	76,4	578,4	
Вторник 08.09.2026							
Завтрак	Котлеты мясные	90	12,1	9,3	14,7	214	ТТК№63
	Рис отварной, масло сливочное	200/3	5	10,1	21,4	201	465/1994 14/2005
	Компот "Изюминка"	200	0,2	0	20,8	84	ТТК№62
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Фруктовое пюре "Агуша"	1/90	0	0	6,4	27,5	ТН
Итого:		608	19,2	19,6	76,2	587,5	
Среда 09.09.2026							
Завтрак	Яйца вареные	1/40	5,1	4,6	0,3	63	324/3/1997
	Каша пшеничная молочная, масло сливочное	200/10	5,2	10,1	30,1	202,9	Т4/2004 14/2005
	АКЧай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Фрукт: Яблоко свежее	1/150	0,6	0,6	15	78	ТН
	Йогурт	1/130	6,2	3,64	3,5	54,9	ТН
Итого:		755	19,2	19,14	76,8	517,8	
Четверг 10.09.2026							
Завтрак	Гарнировка: Огурец свежий	1/100	0,7	0	3,7	15	ТТК№107
	Котлета "Улыбка"	60/30	9	8,9	4,9	146	ТТК№13
	Картофельное пюре	190	4,2	9	22,9	207,1	472/1994
	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	19,6	105	585/3/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
Итого:		613	16,5	18,3	68	545,1	
Пятница 11.09.2026							
Завтрак	Гарнировка: Помидор свежий	1/100	0,9	0	3,9	19	ТТК№108
	Гуляш	50/50	10,1	8,5	3,5	135	437/2004
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	180/3	6,3	9,6	40,3	263	469/1994 14/2005
	АКНапиток Ягодный	200	0,04	0	16,6	69	ТТК№64
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
Итого:		608	19,24	18,3	77,2	547	

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

Согласовано

Директор Школы № 31



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 07.09.2026							
Обед	Гарнировка: Горошек зеленый	60	1,8	0	3,6	21	ТТК№40
	Суп картофельный с макаронными изделиями, говядина отварная	200/20	5,5	11	32,1	153,8	140/2004 Т8/1996
	Тефтели из мяса птицы с соусом красным основным	75/30	9,7	5,4	7,9	137,4	ТТК№103 528/1994
	Каша гречневая вязкая	180	5,4	8,5	24,8	184	464/1994
	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
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
Итого:		823	26,9	25,5	108,4	709,2	
Вторник 08.09.2026							
Обед	Борщ с капустой и картофелем, фрикадельки мясные	200/20	8,1	5,6	11,9	136,2	110/2004 112/2004
	Котлеты мясные	90	12,1	9,3	14,7	214	ТТК№63
	Рис отварной, масло сливочное	170/5	4,1	9,9	35,3	240	465/1994 14/2005
	АККомпот "Изюминка"	200	0,2	0	20,8	84	ТТК№62
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
	Фруктовое пюре "Агуша"	1/90	0	0	6,4	27,5	ТН
	Итого:		808	26,9	25,2	106	773,7
Среда 09.09.2026							
Обед	Рассольник Ленинградский, цыпленок отварной	200/20	10,1	6,4	29,2	175	132/2004 Т17/1994
	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	50/50	8,35	9,3	9,2	150	ТТК№52 528/1994
	Каша гречневая вязкая	180	5,4	8,5	24,8	184	464/1994
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Фрукт: Яблоко свежее	1/150	0,6	0,6	15	78	ТН
	Итого:		882	26,65	25	106,3	708
Четверг 10.09.2026							
Обед	Гарнировка: Огурец свежий	1/100	0,7	0	3,7	15	ТТК№107
	Суп картофельный с бобовыми, фрикадельки мясные	200/20	8,4	9,15	22,5	204	139/2004 112/2004
	Котлета "Улыбка"	60/30	9	8,9	4,9	146	ТТК№13
	Картофельное пюре	200	4,2	9	29,2	218	472/1994
	АККомпот из свежих плодов	200	0,2	0	19,6	105	585/3/1994
	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:		868	26,8	27,65	109,7	821
Пятница 11.09.2026							
Обед	Гарнировка: Помидор свежий	1/100	0,9	0	3,9	19	ТТК№108
	Суп-лапша Домашняя, цыпленок отварной	200/20	6	5,9	8,6	137	148/2004 Т17/1994
	Гуляш	50/50	11,7	8,7	3,5	135	437/2004
	Макаронные изделия отварные	200	4	9,9	47	294	469/1994
	Напиток Ягодный	200	0,04	0	16,6	69	ТТК№64
	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:		878	26,94	25,1	109,4	787

*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 ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 07.09.2026							
Завтрак	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	50/50	8,3	9,3	9,2	150	ТТК№52 528/1994
	Каша гречневая вязкая	220	6,6	8,5	48,4	250	464/1994
	АКЧай 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:		578	19,4	18,4	102,4	591	
Вторник 08.09.2026							
Завтрак	Котлеты мясные	100	13,4	10,3	16,3	237	ТТК№63
	Рис отварной	220	5,2	8,8	59,4	246	465/1994
	Компот яблочный	200	0,9	0	18,3	75	ТТК№68
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
Итого:		553	21,9	19,5	110,9	630	
Среда 09.09.2026							
Завтрак	Яйца вареные	1/40	5,1	4,6	0,3	63	324/3/1997
	Каша пшеничная молочная, масло сливочное	200/8	10,1	15,2	45,2	322	Т4/2004 14/2005
	АКЧай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Фрукт: Яблоко свежее	1/150	0,6	0,6	15	78	ТН
Итого:		630	18	20,6	88,6	584	
Четверг 10.09.2026							
Завтрак	Котлета "Улыбка"	60/40	10	9,9	5,4	184	ТТК№13
	Картофельное пюре	200	4,2	9	29,2	218	472/1994
	Компот из сухофруктов	200	0,2	0	20,8	84	ТТК№61
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК№54
Итого:		550	18,2	19,3	81,2	608	
Пятница 11.09.2026							
Завтрак	Гуляш из филе цыпленка	50/50	12,3	12	0,4	138	ТТК№20
	Макаронные изделия отварные	230	6,6	9,5	54	338,1	469/1994
	АКЧай 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	21,5	21,9	86,3	606,1	

*Стоимость одного комплекса завтрака на одного учащегося для школьников категории 12 лет и старше составляет 87 рублей

Согласовано
Директор Школы №



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 ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 07.09.2026							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,5	8,1	23,9	129	140/2004
	Плов по-домашнему с филе куриным	50/150	17,4	18,6	40,5	349,2	ТТК№2/2
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК№46
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
	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:		933	27,7	27,5	136,1	833,2	
Вторник 08.09.2026							
Обед	Борщ с капустой и картофелем, фрикадельки мясные	250/20	9,9	6,8	28,8	167	110/2004 112/2004
	Птица запеченная (бедро)	100	16,7	19,5	0,2	209,3	ТТК№32,1
	Каша пшениная вязкая	180	5	13,5	44	262,4	464/1994
	АКЧай 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:		808	36,1	40,4	117,8	829,7	
Среда 09.09.2026							
Обед	Рассольник Ленинградский, цыпленок отварной	250/20	12,3	7,4	35,8	194,5	132/2004 Т17/1994
	Котлеты мясные	100	14,9	21,2	13,8	307	ТТК№63
	Макаронные изделия отварные	200	7,1	8,5	47,1	271	469/1994
	Компот Яблочный	200	0,9	0	18,3	75	ТТК№68
	Хлеб ржано-пшеничный	1/33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК№54
Итого:		803	37,6	37,5	131,9	919,5	
Четверг 10.09.2026							
Обед	Суп картофельный с бобовыми	250	6	6,8	19	195	139/2004
	Котлеты Домашние, соус красный основной	90/30	10,1	12,1	54,5	296	271/2005 528/1994
	Каша гречневая вязкая, масло сливочное	200/6	6	10	45	246	464/1994 14/2005
	АКЧай 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:		859	28,5	29,7	176,2	989	
Пятница 11.09.2026							
Обед	Суп-лапша Домашняя, цыпленок отварной	250/10	8,6	6,8	16,8	155	148/2004 Т17/1994
	Котлеты рыбные	100	13,5	11,6	13,2	213	324/1994
	Рис отварной	200	5	8,4	54	306,5	465/1994
	Напиток Витаминный	200	0,3	0,14	19,5	82	ТТК№59
	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	31,7	27,54	133,3	889,5	

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

Согласовано
Директор Школы



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 ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 07.09.2026							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, говядина отварная	250/10	8,2	13	38	186	140/2004 Т8/1996
	Плов по-домашнему с филе куриным	50/150	17,4	18,6	40,5	349,2	ТТК№2/2
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК№46
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК№54
Итого:		910	30	32	133,3	818,2	
Вторник 08.09.2026							
Обед	Борщ с капустой и картофелем, фрикадельки мясные	250/20	9	6,5	25	160,25	110/2004 112/2004
	Птица запеченная (бедро)	100	15,2	19,5	0,2	209,3	ТТК№32,1
	Каша пшенная вязкая, масло сливочное	200/5	5,6	8,9	55	286	464/1994 14/2005
	АКЧай 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:		833	34,3	35,5	125	846,55	
Среда 09.09.2026							
Обед	Рассольник Ленинградский, цыпленок отварной	250/20	8	6,45	20	194,5	132/2004 Т17/1994
	Котлеты мясные	100	12,1	11,4	14,7	234	ТТК№63
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное	210/8	7,3	14,5	49,3	346	469/1994 14/2005
	Компот Яблочный	200	0,9	0	18,3	75	ТТК№68
	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:		871	34,5	33,15	145	1043,5	
Четверг 10.09.2026							
Обед	Суп картофельный с бобовыми, фрикадельки мясные	250/20	13,1	11,9	28,8	262	139/2004 112/2004
	Котлеты Домашние, соус красный основной	90/40	10,1	12,1	14,9	296	271/2005 528/1994
	Каша гречневая вязкая	220	8	11	46	245	464/1994
	АКЧай 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:		903	37,6	35,8	147,4	1055	
Пятница 11.09.2026							
Обед	Суп-лапша Домашняя, цыпленок отварной	250/20	9	6,9	17	156	148/2004 Т17/1994
	Котлета рыбная	100	13,5	11,6	13,2	213	324/1994
	Рис отварной, масло сливочное	200/7	4,8	11	52,1	365	465/1994 14/2005
	Напиток Витаминный	200	0,3	0,14	19,5	82	ТТК№59
	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:		835	31,9	30,24	131,6	949	

*Стоимость 1 комплекса обеда учащегося для школьников категории от 12 лет и старше составляет 87 рублей

Согласовано

Директор Школы № 31



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 ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 07.09.2026							
Полдник	Блины с яблочным повидлом, масло сливочное	140/10	8,96	11,6	51,66	352	ТТК№104 14/2005
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	5	6,4	9,4	120	ТН
Итого:		550	14,16	18	76,06	530	
Вторник 08.09.2026							
Полдник	Пудинг с фруктами	200	1,3	10,2	31,8	147	ТТК№51
	Соус сладкий	50	3,13	3,5	21,75	128,4	ТТК№67
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК№46
	Фрукт: Яблоко свежее	1/150	0,6	0,6	15	78	ТН
Итого:		600	5,43	14,3	87,35	434,4	
Среда 09.09.2026							
Полдник	Гуляш	50/50	10,1	8,5	3,5	135	437/2004
	Рис отварной	170	3,7	6,6	41,9	231	465/1994
	Напиток Ягодный	200	0,04	0	16,6	69	ТТК№64
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
Итого:		495	15,74	15,3	74,9	496	
Четверг 10.09.2026							
Полдник	Манник	200	7,8	17,5	69,3	344	ТТК№5
	Сладкая подлива	50	1,3	0	21,6	83	ТТК№25
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Фрукт: Апельсин свежий	1/170	1,8	0,4	21	80	ТН
Итого:		627	11,2	17,9	127,1	567	
Пятница 11.09.2026							
Полдник	Фрикадельки в соусе	55/50	13,1	14,4	12,7	234	469/2004
	Каша гречневая вязкая	160	4,8	7,5	23,8	163	464/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК№54
	Фрукт: Груша свежая	1/200	0,8	0,8	20	84	ТН
Итого:		690	20,8	22,9	84,4	600	

*Стоимость 1 комплекса на одного учащегося составляет 87 рублей

Согласовано
Директор Школы №31



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 07.09.2026							
Полдник	Печенье "Юбилей"	1/17	1,3	3,2	11	78	ТН
	Фрукт: Яблоко свежее	1/150	0,6	0,6	15	78	ТН
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
Итого:		374	2,2	3,8	41,2	216	
Вторник 08.09.2026							
Полдник	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК№46
	Фрукт: Апельсин свежий	1/150	1,5	0,3	18,5	70,5	ТН
Итого:		350	1,9	0,3	37,3	151,5	
Среда 09.09.2026							
Полдник	Печенье "Юбилей"	1/17	1,3	3,2	11	78	ТН
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Фрукт: Яблоко свежее	1/150	0,6	0,6	15	78	ТН
Итого:		367	2,1	3,8	41	214	
Четверг 10.09.2026							
Полдник	Печенье "Супер-континк"	1/50	2,8	13	31	232	ТН
	Компот из сухофруктов	200	0,2	0	20,8	84	ТТК№61
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
Итого:		450	3,2	13	62	396	
Пятница 11.09.2026							
Полдник	Баранка сдобная	1/35	2,9	2,7	19,2	121,8	ТН
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	5	6,4	9,4	120	ТН
Итого:		435	8,1	9,1	43,6	299,8	

*Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося составляет 36 рублей