

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

 _ Р.И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

(№ образовательной организации)

(ФИО руководителя)

(подпись)

Примерное недельное меню рационов питания учащихся 1-4 классов в образовательных организациях г.
Набережные Челны с 09.01.2025г. по 11.01.2025 г.
1гр.3,5,9,10,57 2гр.4,6,69 3гр.38,36ф,59 4гр.43,79,49,55 5 гр.17,60,45 6 гр.42,75,42л 7гр.54,53,16 8гр.23,40,61
9гр.15,19,77 0гр.50,11,88 31гр.44,56,21 32гр.27,28,68,29

Стоимость питания
69,43руб./день;

Категория питания: бесплатные горячие завтраки

2 группа

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белк и	Жиры	Углев олы		В1	А	С	Е	Са	Р	Mg	Fe
Чт, 09 января 25			15	20.06	62.36	489.91	0.22	0.06	20.45	0.55	243.86	264.65	74.41	2.09
Завтрак			15	20.06	62.36	489.91	0.22	0.06	20.45	0.55	243.86	264.65	74.41	2.09
ТТК-357н	Салат "Капуста квашеная" (б/лука)	60	1.08	3.33	5.13	54.8	0.01	0.00	18	0.06	28.8	18.6	9.6	0.36
тتك №490н	Котлеты "Челнинские" с овощ.(кукур.)	75/15	9.32	12.32	2.69	158.91	0.05	0.02	2.25	0.23	191.77	113.3	16.66	0.53
510/04	Каша рисовая вязкая	150	2.31	4.13	22.97	138.28	0.11	0.02	0.00	0.26	15.26	107.58	37.5	0.7
ТТК-356н	Компот "Фруктово-ягодный" ассорти	200	0.01	0.01	16.66	66.73	0.00	0.02	0.2	0.00	0.23	0.27	0.15	0.02
	Хлеб "Рябинушка"	30	2.28	0.27	14.91	71.19	0.05	0.00	0.00	0.00	7.8	24.9	10.5	0.48
Итого стоимость питания в день		69.43 руб.												
Пт, 10 января 25			13.49	19.98	74.92	533.4	0.23	6.42	16.01	2.72	54.95	133.57	49.13	4.69
Завтрак			13.49	19.98	74.92	533.4	0.23	6.42	16.01	2.72	54.95	133.57	49.13	4.69
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	0.4	0.4	9	41.2	0.03	0.05	10	0.2	16.7	11	8	2
ТТК-652к	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	5.35	14.3	8.75	185.09	0.06	6.01	3.46	1.4	14.09	45.64	18.5	0.89
ТТК - 181а	Макароны отварные	150	5.3	4.96	36.47	211.69	0.09	0.00	0.00	1.07	10.28	44.6	8.23	0.82
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	0.16	0.05	5.79	24.23	0.00	0.36	2.55	0.05	6.08	7.43	3.9	0.5
	Хлеб "Рябинушка"	30	2.28	0.27	14.91	71.19	0.05	0.00	0.00	0.00	7.8	24.9	10.5	0.48
Итого стоимость питания в день		69.43 руб.												
Сб, 11 января 25			30.79	22.25	80.93	647.21	0.85	0.15	16.49	1.68	114.13	365.75	115.51	9.95
Завтрак			30.79	22.25	80.93	647.21	0.85	0.15	16.49	1.68	114.13	365.75	115.51	9.95
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	0.4	0.4	9	41.2	0.03	0.05	10	0.2	16.7	11	8	2
ТТК-85н	Биточки "Рябушка" с овощами (мекс.смесь)	75/15	10.95	16.55	14.55	251	0.11	0.03	6.39	0.23	16.9	153.69	27.84	1.49
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	150	16.96	4.98	37.41	262.32	0.66	0.02	0.00	1.25	67.78	167.91	64.77	5.16
ТТК-475	Чай полусладкий	200	0.2	0.05	5.06	21.5	0.00	0.05	0.1	0.00	4.95	8.25	4.4	0.82
	Хлеб "Рябинушка"	30	2.28	0.27	14.91	71.19	0.05	0.00	0.00	0.00	7.8	24.9	10.5	0.48
Итого стоимость питания в день		69.43 руб.												
Итого			59.28	62.29	218.21	1,670.52	1.3	6.63	52.95	4.95	412.94	763.97	239.05	16.73

	Масса порции, г	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
		Белк и	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Са	Р	Mg	Fe
ИТОГО ЗА 3 дней		59.28	62.29	218.21	1,670.52	1.3	6.63	52.95	4.95	412.94	763.97	239.05	16.73
В среднем в день:		19.76	20.76	72.74	556.84	0.43	2.21	17.65	1.65	137.65	254.66	79.68	5.58

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам.начальника производственного отдела

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

 _ Р.И. Мусина

 Г.Н. Мартынова

 Г.Х.Шайдуллина

 А. В. Каримова

"СОГЛАСОВАНО"

(№ образовательной организации)

(ФИО руководителя)

(подпись)

Примерное недельное меню рационов питания учащихся 5-11 классов в образовательных организациях

Стоимость питания

2 группа

Категория питания: завтраки старшие

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белк и	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Ca	P	Mg	Fe
Чт, 09 января 25			16.23	23.1	71.96	560.66	0.25	0.07	33.95	0.69	279.19	298.65	88.34	2.73
Завтрак			16.23	23.1	71.96	560.66	0.25	0.07	33.95	0.69	279.19	298.65	88.34	2.73
ТТК-357н	Салат "Капуста квашеная" (б/лука)	100	1.8	5.55	8.54	91.33	0.02	0.00	30	0.1	48	31	16	0.6
тнк №490н	Котлеты "Челнинские" с овощ.(кукур.)	75/25	9.37	12.32	4.28	165.47	0.05	0.02	3.75	0.28	204.84	113.38	16.69	0.79
510/04	Каша рисовая вязкая	180	2.77	4.95	27.57	165.94	0.13	0.03	0.00	0.31	18.32	129.1	45	0.84
ТТК-356н	Компот "Фруктово-ягодный" ассорти	200	0.01	0.01	16.66	66.73	0.00	0.02	0.2	0.00	0.23	0.27	0.15	0.02
	Хлеб "Рябинушка"	30	2.28	0.27	14.91	71.19	0.05	0.00	0.00	0.00	7.8	24.9	10.5	0.48
Итого стоимость питания в день		88 руб.												
Пт, 10 января 25			14.55	20.97	82.21	575.73	0.24	6.42	16.01	2.94	57.01	142.48	50.77	4.86
Завтрак			14.55	20.97	82.21	575.73	0.24	6.42	16.01	2.94	57.01	142.48	50.77	4.86

ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	0.4	0.4	9	41.2	0.03	0.05	10	0.2	16.7	11	8	2
ТТК-652к	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	5.35	14.3	8.75	185.09	0.06	6.01	3.46	1.4	14.09	45.64	18.5	0.89
ТТК - 181а	Макароны отварные	180	6.36	5.95	43.76	254.02	0.1	0.00	0.00	1.29	12.34	53.51	9.87	0.99
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	0.16	0.05	5.79	24.23	0.00	0.36	2.55	0.05	6.08	7.43	3.9	0.5
	Хлеб "Рябинушка"	30	2.28	0.27	14.91	71.19	0.05	0.00	0.00	0.00	7.8	24.9	10.5	0.48
Итого стоимость питания в день		88 руб.												
Сб, 11 января 25			34.44	23.28	89.32	704.54	0.99	0.17	20.74	1.97	130.76	404.17	130.43	11.07
Завтрак			34.44	23.28	89.32	704.54	0.99	0.17	20.74	1.97	130.76	404.17	130.43	11.07
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	0.4	0.4	9	41.2	0.03	0.05	10	0.2	16.7	11	8	2
ТТК-85н	Биточки "Рябушка" с овощами (мекс.смесь)	75/25	11.21	16.58	15.46	255.87	0.12	0.04	10.64	0.27	19.98	158.53	29.8	1.57
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	180	20.35	5.98	44.89	314.78	0.79	0.03	0.00	1.5	81.33	201.49	77.73	6.2
ТТК-475	Чай полусладкий	200	0.2	0.05	5.06	21.5	0.00	0.05	0.1	0.00	4.95	8.25	4.4	0.82
	Хлеб "Рябинушка"	30	2.28	0.27	14.91	71.19	0.05	0.00	0.00	0.00	7.8	24.9	10.5	0.48
Итого стоимость питания в день		88 руб.												
Итого			65.22	67.35	243.49	1,840.93	1.48	6.66	70.7	5.6	466.96	845.3	269.54	18.66

	Масса порции, г	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
		Белк и	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Ca	P	Mg	Fe
ИТОГО ЗА 3 дней		65.22	67.35	243.49	1,840.93	1.48	6.66	70.7	5.6	466.96	845.3	269.54	18.66
В среднем в день:		21.74	22.45	81.16	613.64	0.49	2.22	23.57	1.87	155.65	281.77	89.85	6.22

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам.начальника производственного отдела





Г.Н. Мартынова

Г.Х.Шайдуллина

А. В. Каримова