

"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 04.03.2024г. по 09.03.2024 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.42,75,62 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
66,76руб./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			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Ca	P	Mg	Fe
Пн. 04 марта 24			23.97	21.7	117.9	762.79	0.45	0.24	21.86	0.91	73.59	420.5	188.87	8.05
Завтрак			23.97	21.7	117.9	762.79	0.45	0.24	21.86	0.91	73.59	420.5	188.87	8.05
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
ттк№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (фасоль стр.)	75/15	11.16	12.43	9.3	193.75	0.09	0.01	0.56	0.28	12.62	158.68	24.72	1.68
508/04	Каша гречневая рассыпчатая	150	8.78	5.61	47.2	274.4	0.3	0.16	0.00	0.55	16.22	208.31	138.69	4.66
686/04	Чай с лимоном с зефиром	200/7/40	0.67	0.06	41.36	168.65	0.00	0.07	3.3	0.02	8.15	10.01	5.36	0.87
	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		66.76 руб.												
Вт. 05 марта 24			20.92	19.5	80.87	582.59	0.25	5.39	70.52	0.59	568.94	461.44	94.26	2.28
Завтрак			20.92	19.5	80.87	582.59	0.25	5.39	70.52	0.59	568.94	461.44	94.26	2.28
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	112	1.01	0.00	9.41	41.66	0.04	0.00	67.2	0.25	38.08	25.76	14.56	0.34
7/10	Сыр голландск.(порц)	20	5.9	5.54	0.00	73.48	0.01	0.00	0.15	0.09	220	132	12.1	0.15
ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	180/3	6.09	6.12	25.17	180.07	0.11	3.18	1.87	0.14	180.5	175.68	34.6	0.77
ттк №198н	Какао с молоком полусладкое с печ.сахарн.	200/15	5.64	7.57	31.38	216.19	0.04	2.21	1.3	0.11	122.56	103.1	22.5	0.54
	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		66.76 руб.												
Ср. 06 марта 24			32.19	15.33	78.71	581.49	0.25	81.27	8.07	1.96	61.56	284.4	127.18	3.83
Завтрак			32.19	15.33	78.71	581.49	0.25	81.27	8.07	1.96	61.56	284.4	127.18	3.83
612/04	Маринад овощной с томатом	60	0.77	6.05	5.4	79.1	0.03	72	4.32	0.2	14.33	27.69	16.09	0.42
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	23.62	4.59	3.68	150.56	0.08	8.9	1.2	0.64	17.39	177.31	88.17	1.56
516/04	Макаронные изделия отварные	150	5.36	4.37	36.54	206.89	0.09	0.02	0.00	1.07	15.96	47.07	8.52	0.87
ттк№253н	Чай "Витаминный"полусл. с мармеладом	200/16	0.16	0.05	18.18	73.75	0.00	0.35	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		66.76 руб.												
Чт. 07 марта 24			16.44	17.51	64.6	481.69	0.31	0.97	102	0.6	270.49	267.98	78.12	2.43
Завтрак			16.44	17.51	64.6	481.69	0.31	0.97	102	0.6	270.49	267.98	78.12	2.43
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	125	1.13	0.00	10.5	46.5	0.05	0.00	75	0.28	42.5	28.75	16.25	0.38
ттк №358н	Колб. изд. отварные (сосиски) с овощ.(огурцы сол.)	75/15	9.71	12.32	0.41	151.34	0.05	0.02	0.83	0.17	176.33	116.52	18.3	0.35
520/04	Пюре картофельное	150	3.31	4.91	22.12	145.93	0.16	0.93	25.97	0.15	43.63	97.54	32.92	1.2
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		66.76 руб.												
Сб. 09 марта 24			18.28	27.98	76.68	631.57	0.26	0.1	13.48	0.89	83.46	281.81	67.19	5.69

Завтрак			18.28	27.98	76.68	631.57	0.26	0.1	13.48	0.89	83.46	281.81	67.19	5.69
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	119	0.48	0.48	10.71	49.03	0.04	0.06	11.9	0.24	19.87	13.09	9.52	2.38
392/11	Пельмени мясные отварные с маслом	180/3	15.01	27.15	31.68	431.12	0.17	0.01	1.43	0.00	47.54	233.17	42.37	2.42
ТТК-258к	Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка	200	0.51	0.08	19.38	80.23	0.00	0.03	0.15	0.65	8.25	10.65	4.8	0.41
	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		66.76 руб.												
Итого			111.8	102.02	418.76	3,040.13	1.52	87.97	215.93	4.95	1,058.04	1,716.13	555.62	22.28

	Масса порции, г	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
		Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Ca	P	Mg	Fe
ИТОГО ЗА 5 дней		111.8	102.02	418.76	3,040.13	1.52	87.97	215.93	4.95	1,058.04	1,716.13	555.62	22.28
В среднем в день:		22.36	20.40	83.75	608.03	0.30	17.59	43.19	0.99	211.61	343.23	111.12	4.46

Зам. директора по производству и качеству

Г.Н. Мартынова

Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам

Г.Х. Шайдуллина

Г.Х. Шайдуллина

Зам. начальника производственного отдела

А.В. Каримова

А.В. Каримова

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор

"СОГЛАСОВАНО"

(№ образовательной организации)

ООО "Школьное питание"

(ФИО руководителя)

Р.И. Мусина

Р.И. Мусина

(подпись)

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

Стоимость питания 80,48руб./день;

2 группа

Категория питания: завтраки старшие											2 группа				
№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценно- сть, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Белк и	Жир ы	Углево ды		В1	А	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe
Пн. 04 марта 24			73.95	26.45	25.05	130.75	854.21	0.52	0.27	33.86	1.07	96.23	474.61	223.02	9.22
Завтрак			73.95	26.45	25.05	130.75	854.21	0.52	0.27	33.86	1.07	96.23	474.61	223.02	9.22
ТТК-357н	Салат "Капуста квашеная" (б/лука)	100	9.87	1.8	5.55	8.54	91.33	0.02	0.00	30	0.1	48	31	16	0.6
ттк№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (фасоль стр.)	75/25	39.16	11.16	12.44	9.3	193.76	0.09	0.01	0.56	0.28	12.81	158.72	24.73	1.68
508/04	Каша гречневая рассыпчатая	180	9.41	10.54	6.73	56.64	329.28	0.36	0.19	0.00	0.67	19.47	249.98	166.43	5.59
686/04	Чай с лимоном с зефиром	200/7/40	13.02	0.67	0.06	41.36	168.65	0.00	0.07	3.3	0.02	8.15	10.01	5.36	0.87
	Хлеб "Рябинушка"	30	2.49	2.28	0.27	14.91	71.19	0.05	0.00	0.00	0.00	7.8	24.9	10.5	0.48
Вт. 05 марта 24			85.61	24.27	25.65	105.48	749.87	0.33	6.02	123.38	1	425.71	461.85	103.21	3.68
Завтрак			85.61	24.27	25.65	105.48	749.87	0.33	6.02	123.38	1	425.71	461.85	103.21	3.68
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	200	30.17	1.8	0.00	16.8	74.4	0.08	0.00	120	0.44	68	46	26	0.6
337/04	Яйцо вареное	1 шт	18.89	5.52	5.04	0.00	67.44	0.03	0.27	0.00	0.29	26.4	92.16	5.76	1.2

ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	200/5	19.82	6.78	8	27.99	211.12	0.13	3.54	2.08	0.16	200.95	195.69	38.45	0.86
ттк №198н	Какао с молоком полусладкое с печ.сахарн.	200/30	14.24	7.89	12.34	45.78	325.72	0.04	2.21	1.3	0.11	122.56	103.1	22.5	0.54
	Хлеб "Рябинушка"	30	2.49	2.28	0.27	14.91	71.19	0.05	0.00	0.00	0.00	7.8	24.9	10.5	0.48
Ср. 06 марта 24			61.8	33.77	20.23	89.62	675.59	0.28	129.28	10.95	2.31	74.31	312.28	139.6	4.27
Завтрак			61.80	33.77	20.23	89.62	675.59	0.28	129.28	10.95	2.31	74.31	312.28	139.6	4.27
612/04	Маринад овощной с томатом	100	9.62	1.28	10.08	9	131.83	0.05	120	7.2	0.33	23.89	46.16	26.81	0.69
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	35.66	23.62	4.59	3.68	150.56	0.08	8.9	1.2	0.64	17.39	177.31	88.17	1.56
516/04	Макаронные изделия отварные	180	8.15	6.43	5.24	43.85	248.26	0.1	0.03	0.00	1.29	19.15	56.48	10.22	1.04
ттк№253н	Чай "Витаминный"полусл. с мармеладом	200/16	5.88	0.16	0.05	18.18	73.75	0.00	0.35	2.55	0.05	6.08	7.43	3.9	0.5
	Хлеб "Рябинушка"	30	2.49	2.28	0.27	14.91	71.19	0.05	0.00	0.00	0.00	7.8	24.9	10.5	0.48
Чт. 07 марта 24			98.36	20.89	29.9	68.98	628.57	0.37	1.21	105.3	0.69	343.61	332	91.94	3
Завтрак			98.36	20.89	29.9	68.98	628.57	0.37	1.21	105.3	0.69	343.61	332	91.94	3
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	120	18.10	1.08	0.00	10.08	44.64	0.05	0.00	72	0.26	40.8	27.6	15.6	0.36
ттк № 1н	Колбасные изделия отварные (сосиски) с маслом	100/10	47.66	12.46	23.73	0.55	265.62	0.06	0.07	0.00	0.21	232.71	154.41	22.3	0.23
520/04	Пюре картофельное	180	19.58	3.97	5.89	26.55	175.11	0.2	1.12	31.16	0.18	52.36	117.05	39.5	1.44
ТТК-81н	Огурец соленый порц (доп гарнир)	35	4.93	1.09	0.00	0.23	5.28	0.01	0.00	1.94	0.04	9.71	7.77	3.89	0.47
ТТК-356н	Компот "Фруктово-ягодный" ассорти	200	5.60	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	2.49	2.28	0.27	14.91	71.19	0.05	0.00	0.00	0.00	7.8	24.9	10.5	0.48
Сб. 09 марта 24			80.04	21.74	33.27	109.57	824.71	0.31	0.12	16.04	0.93	96.3	325.2	73.83	6.64
Завтрак			80.04	21.74	33.27	109.57	824.71	0.31	0.12	16.04	0.93	96.3	325.2	73.83	6.64
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	143	13.81	0.57	0.57	12.87	58.92	0.04	0.07	14.3	0.29	23.88	15.73	11.44	2.86
392/11	Пельмени мясные отварные с маслом	200/5	55.20	16.7	31.37	35.22	490.05	0.19	0.02	1.59	0.00	53.22	259.57	47.09	2.69
ТТК№258к	Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка с пряником	200/35	8.54	2.19	1.06	46.57	204.55	0.03	0.03	0.15	0.64	11.4	25	4.8	0.61
	Хлеб "Рябинушка"	30	2.49	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			399.76	127.12	134.1	504.4	3,732.95	1.81	136.9	289.53	6	1,036.16	1,905.94	631.6	26.81

	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Ca	P	Mg	Fe
ИТОГО ЗА 5 дней		399.76	127.12	134.1	504.4	3,732.95	1.81	136.9	289.53	6	1,036.16	1,905.94	631.6	26.81
В среднем в день:		79.95	25.42	26.82	100.88	746.59	0.36	27.38	57.91	1.20	207.23	381.19	126.32	5.36

Зам. директора по производству и качеству

Мария

Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам

Елена

Г.Х.Шайдуллина

Зам.начальника производственного отдела

Катя

А. В. Каримова