

"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 04.09.2023г. по 09.09.2023 г.

Стоимость питания
64,19руб./день;

1гр.3,5,9,10 2гр.4,6,21,69 3гр.38,36ф,59 4гр.43,79,49 5 гр.17,60,45 6 гр.29,42,75,62 7гр.54,53,31 8гр.23,40 9гр.15,19,77
0гр.50,11,88 31гр.44,56 32гр.27,28,68

Категория питания: бесплатные горячие завтраки

2 группа

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценнос ть, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белк и	Жир ы	Углев олы		В1	А	С	Е	Са	Р	Mg	Fe
Пн, 04 сентября 23			19.79	21.09	79.92	588.71	0.32	0.25	31.61	0.63	73.1	328.72	117.52	5.15
Завтрак			19.79	21.09	79.92	588.71	0.32	0.25	31.61	0.63	73.1	328.72	117.52	5.15
ттк-976	Салат из белокочанной капусты с кукурузой	60	1.6	3.64	9.37	76.67	0.02	0.14	30.09	0.06	39.67	30.4	7.87	0.43
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
510/04	Каша гречневая вязкая	150	4.65	4.75	24.86	160.8	0.16	0.1	0.00	0.29	9.65	110.42	72.99	2.46
ТТК-272н	Кисель из концентрата полусладкий	200	0.1	0.00	21.48	86.3	0.00	0.00	0.96	0.00	3.36	4.32	1.44	0.1
	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		64.19 руб.												
Вт, 05 сентября 23			17.65	18.87	86.35	585.91	0.22	3.28	17.55	0.54	442.92	353.2	71.06	4.55
Завтрак			17.65	18.87	86.35	585.91	0.22	3.28	17.55	0.54	442.92	353.2	71.06	4.55
	Десерт фруктовый Яблоко	155	0.62	0.62	13.95	63.86	0.05	0.08	15.5	0.31	25.89	17.05	12.4	3.1
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	180/5	6.11	7.65	23.66	187.93	0.11	3.19	1.87	0.14	180.98	176.28	34.61	0.78
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофр. с печ. сахарн	200/15	2.74	4.79	33.83	189.45	0.00	0.01	0.03	0.00	8.25	2.97	1.45	0.04
	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		64.19 руб.												
Ср, 06 сентября 23			31.73	9.28	63.37	463.89	0.22	9.3	12.01	2.07	53.35	271.43	117.76	3.59
Завтрак			31.73	9.28	63.37	463.89	0.22	9.3	12.01	2.07	53.35	271.43	117.76	3.59
ТТК-294н	Помидоры свежие	60	0.31	0.00	2.45	11.02	0.00	0.02	8.26	0.31	6.12	14.72	6.67	0.18
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" 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		64.19 руб.												
Чт, 07 сентября 23			18.2	13.04	108.65	624.78	0.24	0.94	39.96	0.83	85.27	152.96	64.6	5.45
Завтрак			18.2	13.04	108.65	624.78	0.24	0.94	39.96	0.83	85.27	152.96	64.6	5.45
	Десерт фруктовый Груша	160	1.6	0.00	40	166.4	0.03	0.00	8	0.64	30.4	25.6	19.2	3.68
ТТК491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ.(мексик см)	2/40/10	11.01	7.86	16.65	181.38	0.00	0.01	5.99	0.04	3.44	4.92	1.98	0.09
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	0.00	0.00	14.97	59.88	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
	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		64.19 руб.												
Пт, 08 сентября 23			23.27	19.57	90.23	630.13	0.38	42.25	54.9	1.17	91.9	446.1	132.47	5.7
Завтрак			23.27	19.57	90.23	630.13	0.38	42.25	54.9	1.17	91.9	446.1	132.47	5.7
ТТК - 648	Салат из белокочанной капусты со сладким перцем	60	1.19	3.05	6.61	58.66	0.03	12.2	50.35	0.17	29.13	21.76	11.97	0.46
ттк-№1021	Плов из говядины	50/200	19.6	16.2	51.27	429.26	0.3	30	4.45	1	50.02	391.19	105.6	3.94

ТТК-475	Чай полусладкий с мармеладом	200/16	0.2	0.05	17.44	71.02	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		64.19 руб.												
С6, 09 сентября 23			18.78	34.97	69.15	666.5	0.24	0.09	13.85	0.42	85.99	298.84	68.52	3.8
Завтрак			18.78	34.97	69.15	666.5	0.24	0.09	13.85	0.42	85.99	298.84	68.52	3.8
14/10	Салат из св.помидоров	100	0.71	6.04	4.92	76.89	0.01	0.02	12.33	0.42	16.69	32.08	11.5	0.43
392/11	Пельмени мясные отварные с маслом	180/5	15.03	28.6	31.7	444.36	0.17	0.02	1.43	0.00	48.02	233.77	42.38	2.42
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200	0.76	0.06	17.62	74.06	0.01	0.05	0.09	0.00	13.48	8.09	4.14	0.47
	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		64.19 руб.												
Итого			129.42	116.82	497.67	3,559.92	1.62	56.11	169.88	5.66	832.53	1,851.25	571.93	28.24

	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценнос ть, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
		Белк и	Жир ы	Углев оды		В1	А	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe
ИТОГО ЗА 6 дней		129.42	116.82	497.67	3,559.92	1.62	56.11	169.88	5.66	832.53	1,851.25	571.93	28.24
В среднем в день:		21.57	19.47	82.95	593.32	0.27	9.35	28.31	0.94	138.76	308.54	95.32	4.71

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам.начальника производственного отдела

Г.Н. Мартынова

Л. В. Леонтьева

А. В. Каримова

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

 _ Р.И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

(№ образовательной организации)

(ФИО руководителя)

(подпись)

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

Стоимость питания

Категория питания: завтраки старшие

2 группа

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценнос ть, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Белк и	Жир ы	Углево ды		В1	А	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe
Пн. 04 сентября 23			69.86	21.78	24.48	91.13	672.01	0.37	0.37	51.66	0.73	101.67	371.11	137.38	5.93
Завтрак			69.86	21.78	24.48	91.13	672.01	0.37	0.37	51.66	0.73	101.67	371.11	137.38	5.93
ттк-976	Салат из белокочанной капусты с кукурузой	100	20.47	2.67	6.07	15.61	127.79	0.04	0.24	50.14	0.1	66.12	50.66	13.12	0.72
ттк№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (фасоль стр.)	75/25	37.21	11.16	12.44	9.3	193.76	0.09	0.01	0.56	0.28	12.81	158.72	24.73	1.68
510/04	Каша гречневая вязкая	180	6.96	5.57	5.7	29.83	192.97	0.19	0.12	0.00	0.35	11.58	132.51	87.59	2.95
ТТК-272н	Кисель из концентрата полусладкий	200	2.85	0.1	0.00	21.48	86.3	0.00	0.00	0.96	0.00	3.36	4.32	1.44	0.1
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2.37	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 сентября 23			88.25	33.09	43.91	80.48	849.52	0.24	2.26	16.92	1.38	424.07	526.15	63.49	7.8
Завтрак			88.25	33.09	43.91	80.48	849.52	0.24	2.26	16.92	1.38	424.07	526.15	63.49	7.8
	Десерт фруктовый Яблоко	160	16.69	0.64	0.64	14.4	65.92	0.05	0.08	16	0.32	26.72	17.6	12.8	3.2
7/10	Сыр голландск.(порц)	20	17.35	5.9	5.54	0.00	73.48	0.01	0.00	0.15	0.09	220	132	12.1	0.15
340/04	Омлет натуральный с маслом	200/5	43.84	19.28	27.9	2.94	339.95	0.13	2.17	0.74	0.97	161.3	348.68	26.64	3.93
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофр. с печ. сахарн	200/30	8.00	4.99	9.56	48.23	298.98	0.00	0.01	0.03	0.00	8.25	2.97	1.45	0.04
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2.37	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 сентября 23			64.18	33.44	16.19	96.64	666.05	0.24	9.3	16.08	2.4	69.8	300.59	124.29	4.1
Завтрак			64.18	33.44	16.19	96.64	666.05	0.24	9.3	16.08	2.4	69.8	300.59	124.29	4.1
14/10	Салат из св.помидоров	100	9.37	0.71	6.04	4.92	76.89	0.01	0.02	12.33	0.42	16.69	32.08	11.5	0.43
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	33.13	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	7.50	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 зефиром	200/30	11.81	0.4	0.05	29.28	119.15	0.00	0.35	2.55	0.05	8.77	9.82	3.9	0.59
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2.37	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 сентября 23			64.3	18.91	14.02	114.33	659.16	0.28	1.13	45.4	0.88	94.95	173.27	71.78	5.81
Завтрак			64.30	18.91	14.02	114.33	659.16	0.28	1.13	45.4	0.88	94.95	173.27	71.78	5.81
	Десерт фруктовый Груша	165	19.78	1.65	0.00	41.25	171.6	0.03	0.00	8.25	0.66	31.35	26.4	19.8	3.8
ТТК491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ.(мексик см)	2/40/10	23.22	11.01	7.86	16.65	181.38	0.00	0.01	5.99	0.04	3.44	4.92	1.98	0.09
520/04	Пюре картофельное	180	13.40	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-356н	Компот "Фруктово-ягодный" ассорти	200	5.53	0.00	0.00	14.97	59.88	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2.37	2.28	0.27	14.91	71.19	0.05	0.00	0.00	0.00	7.8	24.9	10.5	0.48
Пт, 08 сентября 23			95.49	24.06	21.61	94.63	669.24	0.41	50.38	88.47	1.28	111.32	460.61	140.45	6
Завтрак			95.49	24.06	21.61	94.63	669.24	0.41	50.38	88.47	1.28	111.32	460.61	140.45	6
ТТК - 648	Салат из белокачанной капусты со сладким перцем	100	18.36	1.98	5.09	11.01	97.77	0.06	20.33	83.92	0.28	48.55	36.27	19.95	0.76
ттк-№1021	Плов из говядины	50/200	70.80	19.6	16.2	51.27	429.26	0.3	30	4.45	1	50.02	391.19	105.6	3.94
ТТК-475	Чай полусладкий с мармеладом	200/16	3.96	0.2	0.05	17.44	71.02	0.00	0.05	0.1	0.00	4.95	8.25	4.4	0.82
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2.37	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 сентября 23			75.86	20.57	30.69	80.88	682.07	0.28	0.14	23.7	0.63	100.55	323.69	79.41	6.07
Завтрак			75.86	20.57	30.69	80.88	682.07	0.28	0.14	23.7	0.63	100.55	323.69	79.41	6.07
	Десерт фруктовый Яблоко	110	11.48	0.44	0.44	9.9	45.32	0.03	0.06	11	0.22	18.37	12.1	8.8	2.2
392/11	Пельмени мясные отварные с маслом	200/3	51.20	16.68	29.92	35.19	476.81	0.19	0.01	1.59	0.00	52.74	258.97	47.08	2.68
Сборниц рецептур	Помидоры свежие (доп гарнир)	80	6.90	0.41	0.00	3.26	14.69	0.00	0.02	11.02	0.41	8.16	19.63	8.89	0.24
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200	3.91	0.76	0.06	17.62	74.06	0.01	0.05	0.09	0.00	13.48	8.09	4.14	0.47
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2.37	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			457.94	151.85	150.9	558.09	4,198.05	1.82	63.58	242.23	7.3	902.36	#####	616.8	35.71

	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 6 дней		457.94	151.85	150.9	558.09	4,198.05	1.82	63.58	242.23	7.3	902.36	#####	616.8	35.71
В среднем в день:		76.32	25.31	25.15	93.02	699.68	0.30	10.60	40.37	1.22	150.39	359.24	102.80	5.95

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам.начальника производственного отдела




Г.Н. Мартынова
Л. В. Леонтьева
А. В. Каримова


Katy