

"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 05.02.2024г. по 10.02.2024 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, 05 февраля 24			23.57	22	117.54	762.47	0.45	0.35	26.48	0.89	64.21	413.85	185.38	7.93
Завтрак			23.57	22	117.54	762.47	0.45	0.35	26.48	0.89	64.21	413.85	185.38	7.93
ттк-97б	Салат из белокочанной капусты с кукурузой	60	0.68	3.63	4.77	54.48	0.01	0.11	22.62	0.04	19.42	11.95	6.11	0.24
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, 06 февраля 24			19.05	20.17	85.08	598.02	0.25	5.48	18.39	0.62	501.56	419.89	88.77	4.94
Завтрак			19.05	20.17	85.08	598.02	0.25	5.48	18.39	0.62	501.56	419.89	88.77	4.94
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	151	0.6	0.6	13.59	62.21	0.05	0.08	15.1	0.3	25.22	16.61	12.08	3.02
7/10	Сыр голландск.(порц)	15	4.42	4.16	0.00	55.11	0.00	0.00	0.12	0.07	165	99	9.08	0.12
ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	180/5	6.11	7.57	25.2	193.32	0.11	3.19	1.87	0.14	180.98	176.28	34.61	0.78
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, 07 февраля 24			32.15	16.91	70.76	563.79	0.26	108.29	8.37	2	64.18	286.29	131.62	4.19
Завтрак			32.15	16.91	70.76	563.79	0.26	108.29	8.37	2	64.18	286.29	131.62	4.19
ттк-66	Салат " Солнышко"	75	0.73	7.63	9.84	110.92	0.04	99.01	4.62	0.24	16.95	29.58	20.53	0.78
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		66.76 руб.												
Чт, 08 февраля 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.												
Пт, 09 февраля 24			22.53	16.57	94.15	615.83	0.34	25.88	49	0.64	85.16	374.54	113.75	4.65

Завтрак			22.53	16.57	94.15	615.83	0.34	25.88	49	0.64	85.16	374.54	113.75	4.65
ТТК-513н	Салат " Свежесть "	75	1.35	3.82	7.27	68.86	0.02	0.23	45	0.08	37.38	23.53	12.08	0.46
тتك-№398н	Плов Азиатский	40/160	16.67	10.92	41.26	330	0.27	25.6	3.9	0.56	35.03	317.86	86.77	2.89
ТТК-475	Чай полусладкий с пряником	200/35	2.23	1.56	30.71	145.78	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		66.76 руб.												
Сб. 10 февраля 24			18.3	28	77.22	634.04	0.26	0.1	14.08	0.9	84.47	282.47	67.67	5.81
Завтрак			18.3	28	77.22	634.04	0.26	0.1	14.08	0.9	84.47	282.47	67.67	5.81
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	125	0.5	0.5	11.25	51.5	0.04	0.06	12.5	0.25	20.88	13.75	10	2.5
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			132.04	121.16	509.35	3,655.84	1.87	141.07	218.32	5.65	1,070.07	2,045.02	665.31	29.95

	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 6 дней		132.04	121.16	509.35	3,655.84	1.87	141.07	218.32	5.65	1,070.07	2,045.02	665.31	29.95
В среднем в день:		22.01	20.19	84.89	609.31	0.31	23.51	36.39	0.94	178.35	340.84	110.89	4.99

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам.начальника производственного отдела

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

 П.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 80,48руб./день;

Категория питания: завтраки старшие

2 группа

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Са	Р	Mg	Fe
			Пн. 05 февраля 24		83.16	27.04	25.56	137.08	886.44	0.53	0.46	44.58	1.05	107.18	489.48

Завтрак			83.16	27.04	25.56	137.08	886.44	0.53	0.46	44.58	1.05	107.18	489.48	217.64	9.25
ттк-976	Салат из белокочанной капусты с кукурузой	100	18.91	2.39	6.06	14.87	123.56	0.03	0.19	40.72	0.08	58.95	45.87	10.62	0.63
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	13.19	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, 06 февраля 24			73.83	23.14	29.9	102.61	772.02	0.3	6.12	18.78	0.87	384.63	434.29	89.56	6.17
Завтрак			73.83	23.14	29.9	102.61	772.02	0.3	6.12	18.78	0.87	384.63	434.29	89.56	6.17
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	154	14.11	0.62	0.62	13.86	63.45	0.05	0.08	15.4	0.31	25.72	16.94	12.32	3.08
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	200/10	23.81	6.83	11.63	28.06	244.22	0.13	3.56	2.08	0.16	202.15	197.19	38.48	0.87
ттк №198н	Какао с молоком полусладкое с печ.сахарн.	200/30	14.53	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, 07 февраля 24			59.43	33.46	20.32	81.35	642.13	0.28	141.3	9.91	2.3	73.02	305.57	140.16	4.61
Завтрак			59.43	33.46	20.32	81.35	642.13	0.28	141.3	9.91	2.3	73.02	305.57	140.16	4.61
ТТК-66	Салат " Солнышко"	100	10.04	0.97	10.17	13.12	147.89	0.05	132.01	6.16	0.32	22.6	39.45	27.37	1.03
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	35.67	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" полусладкий	200	3.08	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	2.49	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, 08 февраля 24			100.02	20.98	29.9	69.82	632.29	0.37	1.21	111.3	0.72	347.01	334.3	93.24	3.03
Завтрак			100.02	20.98	29.9	69.82	632.29	0.37	1.21	111.3	0.72	347.01	334.3	93.24	3.03
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	130	19.61	1.17	0.00	10.92	48.36	0.05	0.00	78	0.29	44.2	29.9	16.9	0.39
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 соленный 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	5.75	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
Пт, 09 февраля 24			86.79	23.88	21.62	93.31	663.29	0.38	30.35	64.55	1.1	112.61	455.72	136.61	5.85
Завтрак			86.79	23.88	21.62	93.31	663.29	0.38	30.35	64.55	1.1	112.61	455.72	136.61	5.85
ТТК-513н	Салат " Свежесть "	100	7.27	1.8	5.1	9.69	91.82	0.03	0.3	60	0.1	49.84	31.38	16.11	0.61
ттк-№1021	Плов из говядины	50/200	73.10	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	3.93	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	2.49	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, 10 февраля 24			79.62	21.75	33.28	109.75	825.53	0.31	0.12	16.24	0.93	96.64	325.42	73.99	6.68
Завтрак			79.62	21.75	33.28	109.75	825.53	0.31	0.12	16.24	0.93	96.64	325.42	73.99	6.68
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	145	13.29	0.58	0.58	13.05	59.74	0.04	0.07	14.5	0.29	24.22	15.95	11.6	2.9
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	8.64	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			482.85	150.25	160.58	593.92	4,421.7	2.17	179.56	265.36	6.97	1,121.09	2,344.78	751.2	35.59

	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		482.85	150.25	160.58	593.92	4,421.7	2.17	179.56	265.36	6.97	1,121.09	2,344.78	751.2	35.59
В среднем в день:		80.48	25.04	26.76	98.99	736.95	0.36	29.93	44.23	1.16	186.85	390.80	125.20	5.93

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам.начальника производственного отдела





Г.Н. Мартынова

Г.Х.Шайдуллина

А. В. Каримова