

"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 08.04.2024г. по 13.04.2024 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, 08 апреля 24			23,57	21,7	91,82	656,87	0,45	0,24	21,86	0,91	73,59	420,5	188,87	8,05
Завтрак			23,57	21,7	91,82	656,87	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
тнк№-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	200/7	0,27	0,06	15,28	62,73	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, 09 апреля 24			20,08	19,07	85,51	593,95	0,25	5,39	83,09	0,61	521,08	433,27	93,97	2,31
Завтрак			20,08	19,07	85,51	593,95	0,25	5,39	83,09	0,61	521,08	433,27	93,97	2,31
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	133	1,2	0,00	11,17	49,48	0,05	0,00	79,8	0,29	45,22	30,59	17,29	0,4
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	180/3	6,09	6,12	25,17	180,07	0,11	3,18	1,87	0,14	180,5	175,68	34,6	0,77
тнк №198н	Какао с молоком полусладкое с печ.сахарн.	200/18	6,09	8,52	34,26	238,1	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.												
Чт, 11 апреля 24			15,91	18,11	67,6	496,99	0,31	1,05	42	0,62	253,04	255,73	73,87	5,05
Завтрак			15,91	18,11	67,6	496,99	0,31	1,05	42	0,62	253,04	255,73	73,87	5,05
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	150	0,6	0,6	13,5	61,8	0,05	0,08	15	0,3	25,05	16,5	12	3
тнк №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, 12 апреля 24			22,87	15,87	94,38	611,83	0,35	26,18	11,65	0,62	74,33	388,88	117,8	5,21
Завтрак			22,87	15,87	94,38	611,83	0,35	26,18	11,65	0,62	74,33	388,88	117,8	5,21
тнк-996	Салат "Бобовое зёрнышко"	60	1,69	3,12	7,5	64,86	0,03	0,53	7,65	0,06	26,55	37,87	16,13	1,02
тнк-№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, 13 апреля 24			18,29	27,99	76,95	632,8	0,26	0,1	13,78	0,89	83,96	282,14	67,43	5,75
Завтрак			18,29	27,99	76,95	632,8	0,26	0,1	13,78	0,89	83,96	282,14	67,43	5,75
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	122	0,49	0,49	10,98	50,26	0,04	0,06	12,2	0,24	20,37	13,42	9,76	2,44
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			100,72	102,74	416,26	2 992,44	1,62	32,96	172,38	3,65	1 006	1 780,52	541,94	26,37

	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
		Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe
ИТОГО ЗА 5 дней		100,72	102,74	416,26	2 992,44	1,62	32,96	172,38	3,65	1 006	1 780,52	541,94	26,37
В среднем в день:		20,14	20,55	83,25	598,49	0,32	6,59	34,48	0,73	201,20	356,10	108,39	5,27

Зам. директора по производству и качеству

Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам

Г.Х.Шайдуллина

Зам.начальника производственного отдела

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

Стоимость питания 80,48руб./день;

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	Углевод ы		В1	А	С	Е	Са	Р	Мg	Fe

Пн, 08 апреля 24			65,68	26,05	25,05	104,67	748,29	0,52	0,27	33,86	1,07	96,23	474,61	223,02	9,22
Завтрак			65,68	26,05	25,05	104,67	748,29	0,52	0,27	33,86	1,07	96,23	474,61	223,02	9,22
ТТК-357н	Салат "Капуста квашеная" (б/лука)	100	10,63	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	39,45	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	200/7	3,70	0,27	0,06	15,28	62,73	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, 09 апреля 24			80,37	24,81	27,56	107,88	778,81	0,31	6,02	99,38	0,91	412,11	452,65	98,01	3,56
Завтрак			80,37	24,81	27,56	107,88	778,81	0,31	6,02	99,38	0,91	412,11	452,65	98,01	3,56
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	160	24,14	1,44	0,00	13,44	59,52	0,06	0,00	96	0,35	54,4	36,8	20,8	0,48
337/04	Яйцо вареное	1 шт	18,61	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	19,88	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.	200/36	15,25	8,79	14,25	51,54	369,54	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
Чт, 11 апреля 24			85,84	19,25	26,85	71,56	604,87	0,35	1,25	45,76	0,68	315,95	310,97	83,94	5,04
Завтрак			85,84	19,25	26,85	71,56	604,87	0,35	1,25	45,76	0,68	315,95	310,97	83,94	5,04
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	144	13,91	0,58	0,58	12,96	59,33	0,04	0,07	14,4	0,29	24,05	15,84	11,52	2,88
ттк № 1н	Колбасные изделия отварные (сосиски) с маслом	100/5	43,73	12,41	20,1	0,48	232,51	0,06	0,04	0,00	0,21	231,51	152,91	22,27	0,22
520/04	Пюре картофельное	180	19,72	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	5,99	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, 12 апреля 24			90,04	24,9	21,72	96,12	679,56	0,4	30,93	17,3	1,1	107,02	487,46	147,39	6,93
Завтрак			90,04	24,9	21,72	96,12	679,56	0,4	30,93	17,3	1,1	107,02	487,46	147,39	6,93
ттк-996	Салат "Бобовое зёрнышко"	100	10,72	2,82	5,2	12,5	108,09	0,05	0,88	12,75	0,1	44,25	63,12	26,89	1,69
ттк-№1021	Плов из говядины	50/200	72,78	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	4,05	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, 13 апреля 24			80,43	21,75	33,28	109,84	825,94	0,31	0,12	16,34	0,93	96,8	325,53	74,07	6,7
Завтрак			80,43	21,75	33,28	109,84	825,94	0,31	0,12	16,34	0,93	96,8	325,53	74,07	6,7
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	146	14,10	0,58	0,58	13,14	60,15	0,04	0,07	14,6	0,29	24,38	16,06	11,68	2,92
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			402,36	116,76	134,46	490,07	3 637,47	1,89	38,59	212,64	4,69	1 028,11	2 051,22	626,43	31,45

	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe
ИТОГО ЗА 5 дней		402,36	116,76	134,46	490,07	3 637,47	1,89	38,59	212,64	4,69	1 028,11	2 051,22	626,43	31,45
В среднем в день:		80,48	23,35	26,89	98,01	727,49	0,38	7,72	42,53	0,94	205,62	410,24	125,29	6,29

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам.начальника производственного отдела



Г.Н. Мартынова



Г.Х.Шайдуллина



А. В. Каримова