

"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 09.01.2024г. по 13.01.2024 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
Вт. 09 января 24			23.74	22.12	82.85	625.5	0.46	0.22	21.66	0.91	76.32	425.42	190.16	8.11
Завтрак			23.74	22.12	82.85	625.5	0.46	0.22	21.66	0.91	76.32	425.42	190.16	8.11
тнк№357н	Салат "Капуста квашеная"	75	1.32	3.76	6.38	64.66	0.02	0.00	21	0.08	34.73	25.28	11.85	0.47
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
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		66.76 руб.												
Ср. 10 января 24			24.27	26.3	100.26	734.75	0.26	5.47	19.36	0.68	612.58	486.28	95.53	5.18
Завтрак			24.27	26.3	100.26	734.75	0.26	5.47	19.36	0.68	612.58	486.28	95.53	5.18
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	160	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)	25	7.37	6.93	0.00	91.85	0.01	0.00	0.19	0.11	275	165	15.13	0.19
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.	200/30	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	2.28	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 января 24			20.5	15.06	80.88	541.07	0.34	25.88	49	0.64	85.16	374.54	113.75	4.65
Завтрак			20.5	15.06	80.88	541.07	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
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 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		66.76 руб.												
Пт. 12 января 24			16.24	18.15	69.22	505.18	0.31	1.22	42.83	0.64	257.6	261.61	75.83	5.19
Завтрак			16.24	18.15	69.22	505.18	0.31	1.22	42.83	0.64	257.6	261.61	75.83	5.19
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	160	0.64	0.64	14.4	65.92	0.05	0.08	16	0.32	26.72	17.6	12.8	3.2
тнк №358н	Колбасные изд. отварные (сосиски) с овощ.(огурцы солен.)	75/15	10	12.32	1.13	155.41	0.05	0.19	0.66	0.17	179.22	121.3	19.46	0.29
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. 13 января 24			18.34	28.04	78.12	638.16	0.26	0.11	15.08	0.92	86.14	283.57	68.47	6.01

Завтрак			18.34	28.04	78.12	638.16	0.26	0.11	15.08	0.92	86.14	283.57	68.47	6.01
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	135	0.54	0.54	12.15	55.62	0.04	0.07	13.5	0.27	22.55	14.85	10.8	2.7
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			103.09	109.67	411.33	3,044.66	1.63	32.9	147.93	3.79	1,117.8	1,831.42	543.74	29.14

	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	Ca	Р	Mg	Fe
ИТОГО ЗА 5 дней		103.09	109.67	411.33	3,044.66	1.63	32.9	147.93	3.79	1,117.8	1,831.42	543.74	29.14
В среднем в день:		20.62	21.93	82.27	608.93	0.33	6.58	29.59	0.76	223.56	366.28	108.75	5.83

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

"СОГЛАСОВАНО"

ООО "Школьное питание"

(№ образовательной организации)

(ФИО руководителя)

 Р.И. Мусина

(подпись)

Стоимость питания

2 группа

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

Категория питания: завтраки старшие

№ 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
Вт, 09 января 24			64.11	25.94	24.51	106.8	751.47	0.52	0.25	28.66	1.06	91.33	475.55	221.86	9.19
Завтрак			64.11	25.94	24.51	106.8	751.47	0.52	0.25	28.66	1.06	91.33	475.55	221.86	9.19
ттк№357н	Салат "Капуста квашеная"	100	8.98	1.76	5.02	8.51	86.22	0.02	0.00	28	0.11	46.3	33.7	15.8	0.62
ттк№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (фасоль стр.)	75/25	38.36	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	10.35	10.54	6.73	56.64	329.28	0.36	0.19	0.00	0.67	19.47	249.98	166.43
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
Ср, 10 января 24			73.39	24.96	28.18	103.08	765.8	0.28	5.83	19.57	0.7	633.03	506.29	99.38	5.27
Завтрак			73.39	24.96	28.18	103.08	765.8	0.28	5.83	19.57	0.7	633.03	506.29	99.38	5.27

ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	160	14.66	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)	25	21.18	7.37	6.93	0.00	91.85	0.01	0.00	0.19	0.11	275	165	15.13	0.19
ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	200/5	20.25	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	14.81	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
Чт. 11 января 24			90.71	24.2	21.62	112.25	740.32	0.38	30.35	64.55	1.1	116.21	458.92	136.61	5.97
Завтрак			90.71	24.2	21.62	112.25	740.32	0.38	30.35	64.55	1.1	116.21	458.92	136.61	5.97
ТТК-513н	Салат " Свежесть "	100	5.42	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	72.24	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 зефиром	200/40	10.56	0.52	0.05	36.38	148.05	0.00	0.05	0.1	0.00	8.55	11.45	4.4	0.94
	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 января 24			88.24	20.24	26.91	73.2	615.99	0.37	1.26	49.03	0.74	326.95	319.39	88.55	5.76
Завтрак			88.24	20.24	26.91	73.2	615.99	0.37	1.26	49.03	0.74	326.95	319.39	88.55	5.76
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	160	14.66	0.64	0.64	14.4	65.92	0.05	0.08	16	0.32	26.72	17.6	12.8	3.2
ттк № 1н	Колбасные изделия отварные (сосиски) с маслом	100/5	41.83	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	19.67	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)	30	4.23	0.93	0.00	0.2	4.53	0.01	0.00	1.67	0.03	8.33	6.66	3.33	0.4
ТТК-356н	Компот "Фруктово-ягодный" ассорти	200	5.36	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. 13 января 24			79.58	21.81	33.34	111.1	831.71	0.32	0.13	17.74	0.96	99.14	327.07	75.19	6.98
Завтрак			79.58	21.81	33.34	111.1	831.71	0.32	0.13	17.74	0.96	99.14	327.07	75.19	6.98
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	160	14.66	0.64	0.64	14.4	65.92	0.05	0.08	16	0.32	26.72	17.6	12.8	3.2
392/11	Пельмени мясные отварные с маслом	200/5	53.79	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			396.03	117.15	134.56	506.43	3,705.29	1.87	37.82	179.55	4.56	1,266.66	2,087.22	621.59	33.17

	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		396.03	117.15	134.56	506.43	3,705.29	1.87	37.82	179.55	4.56	1,266.66	2,087.22	621.59	33.17
В среднем в день:		79.21	23.43	26.91	101.29	741.06	0.37	7.56	35.91	0.91	253.33	417.44	124.32	6.63

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам.начальника производственного отдела

Мартынова
Шайдуллина
Каримова

Г.Н. Мартынова

Г.Х.Шайдуллина

А. В. Каримова