

"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 11.03.2024г. по 14.03.2024 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, 11 марта 24			17.52	20.73	60.49	498.59	0.27	0.19	21.3	0.52	227.12	277.23	115.11	4.33
Завтрак			17.52	20.73	60.49	498.59	0.27	0.19	21.3	0.52	227.12	277.23	115.11	4.33
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 №358н	Колбасные изд. отварные (сосиски) с овощ.(фас.стр)	75/15	9.24	12.32	0.31	149.07	0.05	0.02	0.00	0.15	172.72	113.3	16.66	0.16
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
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, 12 марта 24			24.59	23.47	100.23	710.47	0.35	1.57	149.24	2.01	215.66	349.45	86.63	3.5
Завтрак			24.59	23.47	100.23	710.47	0.35	1.57	149.24	2.01	215.66	349.45	86.63	3.5
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	244	2.2	0.00	20.5	90.77	0.1	0.00	146.4	0.54	82.96	56.12	31.72	0.73
ТТК-490н	Котлеты "Челнинские" с овощами (кукур.конс.)	75/15	12.59	17.08	12.06	252.35	0.08	0.01	1.76	0.33	23.59	156.35	25.36	1.32
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-839к	Напиток из цикория с молоком	200	2.16	1.75	16.22	89.27	0.03	1.54	1.08	0.07	85.35	65.01	10.53	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		66.76 руб.												
Ср, 13 марта 24			13.33	22.13	74.4	550	0.29	6.88	13.25	2.01	68.1	243.38	90.91	4.24
Завтрак			13.33	22.13	74.4	550	0.29	6.88	13.25	2.01	68.1	243.38	90.91	4.24
35/2010	Салат из свеклы с яблоком	60	0.89	3.12	8.21	64.49	0.02	0.5	7.24	0.09	23.19	25.46	13.45	1.12
ТТК-652к	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	5.35	14.3	8.75	185.09	0.06	6.01	3.46	1.4	14.09	45.64	18.5	0.89
510/04	Каша пшеничная вязкая	150	4.65	4.39	24.35	155.48	0.16	0.02	0.00	0.47	16.94	139.95	44.56	1.25
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, 14 марта 24			22.5	17.29	125.51	747.77	0.35	0.03	153.24	0.98	127.91	273.13	109.28	2.56
Завтрак			22.5	17.29	125.51	747.77	0.35	0.03	153.24	0.98	127.91	273.13	109.28	2.56
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	250	2.25	0.00	21	93	0.1	0.00	150	0.55	85	57.5	32.5	0.75
ТТК 491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ.(зелён.гор)	2/40/10	11.43	7.89	17.68	187.47	0.02	0.00	3.21	0.00	3.08	10.32	2.62	0.15
316/10	Рис припущенный	150	3.8	4.34	38.09	206.66	0.18	0.02	0.00	0.43	23.78	177.44	62.21	1.14
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		66.76 руб.												
Итого			77.94	83.62	360.63	2,506.83	1.26	8.67	337.03	5.52	638.79	1,143.19	401.93	14.63

	Масса порции, г	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
		Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Са	Р	Мg	Fe
ИТОГО ЗА 4 дней		77.94	83.62	360.63	2,506.83	1.26	8.67	337.03	5.52	638.79	1,143.19	401.93	14.63
В среднем в день:		19.49	20.91	90.16	626.71	0.32	2.17	84.26	1.38	159.70	285.80	100.48	3.66

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

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	P	Mg	Fe
Пн, 11 марта 24			67.85	22.33	31.68	69.04	650.73	0.32	0.23	33.3	0.68	307.04	351.33	141.72	5.12
Завтрак			67.85	22.33	31.68	69.04	650.73	0.32	0.23	33.3	0.68	307.04	351.33	141.72	5.12
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 № 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
510/04	Каша гречневая вязкая	180	7.30	5.57	5.7	29.83	192.97	0.19	0.12	0.00	0.35	11.58	132.51	87.59	2.95
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, 12 марта 24			89.97	24.76	24.35	101.08	722.45	0.33	1.58	121.64	2.13	193.68	338.49	82.45	3.45
Завтрак			89.97	24.76	24.35	101.08	722.45	0.33	1.58	121.64	2.13	193.68	338.49	82.45	3.45
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
ТТК-490н	Котлеты "Челнинские" с овощами (кукур.конс.)	75/25	39.62	12.09	17.09	9.3	239.33	0.07	0.01	0.56	0.33	13.38	146.1	25.2	1.23
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-839к	Напиток из цикория с молоком	200	9.54	2.16	1.75	16.22	89.27	0.03	1.54	1.08	0.07	85.35	65.01	10.53	0.1
	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, 13 марта 24			97.44	30.05	20.72	75.59	609	0.37	1.39	16.13	0.91	259.81	514.16	125.08	6.25
Завтрак			97.44	30.05	20.72	75.59	609	0.37	1.39	16.13	0.91	259.81	514.16	125.08	6.25
31/10	Салат из свеклы с сыром	100	19.34	6.08	9.26	9.7	146.46	0.03	0.99	11.14	0.18	209.45	147.14	33.54	1.69

437/04	Гуляш	50/50	63.41	15.96	5.87	3.58	131.02	0.1	0.02	2.44	0.11	16.15	166.76	23.67	2.07
510/04	Каша пшеничная вязкая	180	6.16	5.57	5.27	29.22	186.58	0.19	0.03	0.00	0.57	20.33	167.93	53.47	1.51
ткк№253н	Чай "Витаминный"полупсл. с мармеладом	200/16	6.04	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, 14 марта 24			66.65	23.3	16.55	111.34	687.67	0.41	36.12	18.56	1.15	91.22	400.52	152.04	5.54
Завтрак			66.65	23.3	16.55	111.34	687.67	0.41	36.12	18.56	1.15	91.22	400.52	152.04	5.54
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	136	13.14	0.54	0.54	12.24	56.03	0.04	0.07	13.6	0.27	22.71	14.96	10.88	2.72
ткк №241н	Минтай тушеный с овощами	50/50	33.88	13.18	5.74	4.65	123.01	0.1	36.01	4.93	0.37	23.92	144.76	54.56	0.93
316/10	Рис припущенный	180	12.11	4.56	5.21	45.71	247.99	0.22	0.03	0.00	0.51	28.54	212.93	74.65	1.37
ТТК-257н		200/15	5.03	2.74	4.79	33.83	189.45	0.00	0.01	0.03	0.00	8.25	2.97	1.45	0.04
	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофр. с печ. сахарн														
	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			321.91	100.44	93.3	357.05	2,669.85	1.43	39.32	189.63	4.87	851.75	1,604.5	501.29	20.36

	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 4 дней		321.91	100.44	93.3	357.05	2,669.85	1.43	39.32	189.63	4.87	851.75	1,604.5	501.29	20.36
В среднем в день:		80.48	25.11	23.33	89.26	667.46	0.36	9.83	47.41	1.22	212.94	401.13	125.32	5.09

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам.начальника производственного отдела





Г.Н. Мартынова

Г.Х.Шайдуллина

А. В. Каримова