

"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 11.09.2023г. по 16.09.2023 г.
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

**Стоимость питания
64,19руб./день;**

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	Жи ры	Углев олы		В1	А	С	Е	Са	Р	Mg	Fe
Пн, 11 сентября 23			17.73	20.52	53.04	467.8	0.28	12.33	36.25	0.59	227.47	283.6	118.27	4.59
Завтрак			17.73	20.52	53.04	467.8	0.28	12.33	36.25	0.59	227.47	283.6	118.27	4.59
ТТК № 473	Салат " Зайка"	60	0.97	3.09	6.55	57.92	0.02	12.15	29.76	0.09	28.28	19.57	10.81	0.55
ТТК-358н	Колбасные изд. отварные (сосиски) с овощ.(мекс.см)	75/15	9.63	12.36	1.66	156.39	0.05	0.03	6.39	0.21	176.79	120.46	19.57	0.28
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-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		64.19 руб.												
Вт, 12 сентября 23			20.63	22.14	89.18	638.52	0.24	0.1	10.59	1.6	61.72	231.97	53.66	4.63
Завтрак			20.63	22.14	89.18	638.52	0.24	0.1	10.59	1.6	61.72	231.97	53.66	4.63
	Десерт фруктовый Яблоко	100	0.4	0.4	9	41.2	0.03	0.05	10	0.2	16.7	11	8	2
ТТК-490н	Котлеты "Челнинские" с овощами (фасоль стр.)	75/15	12.09	17.08	9.3	239.32	0.07	0.01	0.56	0.33	13.01	146.03	25.18	1.23
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-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	0.5	0.02	19.43	79.92	0.00	0.02	0.03	0.00	8.25	2.97	1.46	0.05
	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, 13 сентября 23			35.84	18.58	64.24	567.52	0.81	1.61	12.04	1.74	110.28	385.74	109.69	8.33
Завтрак			35.84	18.58	64.24	567.52	0.81	1.61	12.04	1.74	110.28	385.74	109.69	8.33
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-992	Мясо "Нежное" в соусе	50/50	16.13	13.28	3.68	198.76	0.1	1.21	1.23	0.13	22.5	170.78	23.85	2.01
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	150	16.96	4.98	37.41	262.32	0.66	0.02	0.00	1.25	67.78	167.91	64.77	5.16
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, 14 сентября 23			35.42	22.62	99.83	744.54	0.27	6.29	16.87	0.77	385.31	458.3	84.22	5.52
Завтрак			35.42	22.62	99.83	744.54	0.27	6.29	16.87	0.77	385.31	458.3	84.22	5.52
	Десерт фруктовый Яблоко	149	0.6	0.6	13.41	61.39	0.04	0.07	14.9	0.3	24.88	16.39	11.92	2.98
ТТК - 865	Пудинг "Творожный" с соусом молочным сладким	150/15	26.75	13.86	39.17	388.46	0.14	4.01	0.67	0.36	230.07	313.91	39.3	1.52
ттк №198н	Какао с молоком полусладкий с печ.сахарн.	200/18	5.79	7.89	32.34	223.5	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		64.19 руб.												
Пт, 15 сентября 23			29.54	12.46	57.27	459.4	0.29	1.48	65.38	0.85	73.34	303.08	141.16	4.37
Завтрак			29.54	12.46	57.27	459.4	0.29	1.48	65.38	0.85	73.34	303.08	141.16	4.37
ТТК-637	Салат из свежей капусты с помидорами	60	1.18	2.76	3.44	43.29	0.02	0.19	38.78	0.13	32.02	22.59	11.4	0.42
ттк №-819	Жаркое из мякоти птицы	50/150	25.88	9.38	21.48	273.9	0.22	1.24	26.5	0.72	28.57	247.34	114.86	2.65
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.												
Сб, 16 сентября 23			18.86	14.86	122.76	700.31	0.26	0.05	11.79	1.09	73.69	283.59	105.83	5.83
Завтрак			18.86	14.86	122.76	700.31	0.26	0.05	11.79	1.09	73.69	283.59	105.83	5.83
	Десерт фруктовый Груша	155	1.64	0.00	41	170.56	0.03	0.00	8.2	0.66	31.16	26.24	19.68	3.77
ТТК-89н	Биточки рыбные "Морячка" с овощами (горош.конс.)	75/15	11.01	9.26	8.39	160.97	0.07	0.03	3.59	0.17	19.47	124.87	38.15	0.88
510/04	Каша рисовая вязкая	150	2.31	4.13	22.97	138.28	0.11	0.02	0.00	0.26	15.26	107.58	37.5	0.7
тتك№356н	Компот "Фруктово-ягодный" ассорти с пряником	200/35	1.62	1.2	35.49	159.31	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.												
Итого			158.02	111.18	486.32	3,578.09	2.15	21.86	152.92	6.64	931.81	1,946.28	612.83	33.27

	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 6 дней		158.02	111.18	486.32	3,578.09	2.15	21.86	152.92	6.64	931.81	1,946.28	612.83	33.27
В среднем в день:		26.34	18.53	81.05	596.35	0.36	3.64	25.49	1.11	155.30	324.38	102.14	5.55

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. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Ca	P	Mg	Fe
Пн, 11 сентября 23			74.26	23.2	32.2	76.11	687.19	0.34	0.47	53.44	0.68	325.16	370.99	138.84	5.24
Завтрак			74.26	23.2	32.2	76.11	687.19	0.34	0.47	53.44	0.68	325.16	370.99	138.84	5.24
ттк-976	Салат из белокочанной капусты с кукурузой	100	20.14	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 № 1н	Колбасные изделия отварные (сосиски) с маслом	100/5	40.74	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	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
686/04	Чай с лимоном	200/7	4.05	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"	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, 12 сентября 23			65.44	22.02	23.34	103.6	712.45	0.27	0.15	18.49	1.98	78.47	250.14	61.7	6.38
Завтрак			65.44	22.02	23.34	103.6	712.45	0.27	0.15	18.49	1.98	78.47	250.14	61.7	6.38
	Десерт фруктовый Яблоко	176	18.36	0.72	0.72	16.11	73.75	0.05	0.09	17.9	0.36	29.89	19.69	14.32	3.58
ТТК-490н	Котлеты "Челнинские" с овощами (фасоль стр.)	75/25	33.54	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	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-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	3.35	0.5	0.02	19.43	79.92	0.00	0.02	0.03	0.00	8.25	2.97	1.46	0.05
	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, 13 сентября 23			84.88	39.43	19.58	73.35	627.32	0.94	1.63	17.55	2.19	127.91	429.14	127.1	9.5
Завтрак			84.88	39.43	19.58	73.35	627.32	0.94	1.63	17.55	2.19	127.91	429.14	127.1	9.5
Сборник рецептов	Помидоры свежие	100	8.63	0.51	0.00	4.08	18.36	0.00	0.03	13.77	0.51	10.2	24.54	11.12	0.31
ттк-992	Мясо "Нежное" в соусе	50/50	63.29	16.13	13.28	3.68	198.76	0.1	1.21	1.23	0.13	22.5	170.78	23.85	2.01
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	180	7.48	20.35	5.98	44.89	314.78	0.79	0.03	0.00	1.5	81.33	201.49	77.73	6.2
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200	3.11	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"	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, 14 сентября 23			110.15	38.85	26.31	128.33	905.44	0.28	6.14	19.87	0.81	380.73	453.89	85.34	6.11
Завтрак			110.15	38.85	26.31	128.33	905.44	0.28	6.14	19.87	0.81	380.73	453.89	85.34	6.11
	Десерт фруктовый Яблоко	180	18.78	0.72	0.72	16.2	74.16	0.05	0.09	18	0.36	30.06	19.8	14.4	3.6
ТТК - 865	Пудинг "Творожный" со сгущ. молоком	150/50	76.89	30.06	17.43	64.88	536.59	0.14	3.84	0.57	0.34	220.31	306.09	37.94	1.49
ттк №198н	Какао с молоком полусладкий с печ.сахарн.	200/18	12.42	5.79	7.89	32.34	223.5	0.04	2.21	1.3	0.11	122.56	103.1	22.5	0.54
	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, 15 сентября 23			52.01	30.32	14.3	59.56	488.26	0.3	1.6	91.23	0.94	94.68	318.14	148.77	4.65
Завтрак			52.01	30.32	14.3	59.56	488.26	0.3	1.6	91.23	0.94	94.68	318.14	148.77	4.65
ТТК-637	Салат из свежей капусты с помидорами	100	5.09	1.96	4.6	5.73	72.15	0.03	0.31	64.63	0.22	53.36	37.65	19.01	0.7
ттк №-819	Жаркое из мякоти птицы	50/150	40.59	25.88	9.38	21.48	273.9	0.22	1.24	26.5	0.72	28.57	247.34	114.86	2.65
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, 16 сентября 23			77.28	26.01	11.32	98.6	600.37	0.35	36.04	12.95	1.38	84.94	385.74	150.25	5.93
Завтрак			77.28	26.01	11.32	98.6	600.37	0.35	36.04	12.95	1.38	84.94	385.74	150.25	5.93
	Десерт фруктовый Груша	146	17.50	1.46	0.00	36.5	151.84	0.03	0.00	7.3	0.58	27.74	23.36	17.52	3.36
ттк №241н	Минтай тушеный с овощами	75/50	43.19	19.5	6.1	4.65	151.52	0.14	36.01	5.65	0.49	31.08	208.38	77.23	1.25
510/04	Каша рисовая вязкая	180	8.75	2.77	4.95	27.57	165.94	0.13	0.03	0.00	0.31	18.32	129.1	45	0.84
ТТК-356н	Компот "Фруктово-ягодный" ассорти	200	5.47	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
Итого			464.02	179.83	127.05	539.55	#####	2.48	46.03	213.53	7.98	1,091.89	#####	712	37.81

	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		464.02	179.83	127.05	539.55	#####	2.48	46.03	213.53	7.98	1,091.89	#####	712	37.81
В среднем в день:		77.34	29.97	21.18	89.93	670.17	0.41	7.67	35.59	1.33	181.98	368.01	118.67	6.30

Зам. директора по производству и качеству

Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам

Л. В. Леонтьева

Зам.начальника производственного отдела

А. В. Каримова