

"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 11.12.2023г. по 16.12.2023 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

Категория питания: бесплатные горячие завтраки

Стоимость питания
64,19руб./день;

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 декабря 23			18.26	20.44	64.76	515.96	0.29	0.14	19.22	0.51	222.25	284.48	113.68	3.71
Завтрак			18.26	20.44	64.76	515.96	0.29	0.14	19.22	0.51	222.25	284.48	113.68	3.71
ттк№357н	Салат "Капуста квашеная"	60	1.06	3.01	5.11	51.73	0.01	0.00	16.8	0.07	27.78	20.22	9.48	0.37
ТТК-358н	Колбасные изд. отварные (сосиски) с	75/15	10.26	12.4	3.22	165.51	0.07	0.02	2.22	0.15	176.79	128.67	20.56	0.38
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-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		64.19 руб.												
Вт, 12 декабря 23			19.89	21.79	95.86	659.17	0.3	0.17	20.08	1.57	76.85	248.71	61.88	6.03
Завтрак			19.89	21.79	95.86	659.17	0.3	0.17	20.08	1.57	76.85	248.71	61.88	6.03
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	136	0.54	0.54	12.24	56.03	0.04	0.07	13.6	0.27	22.71	14.96	10.88	2.72
ТТК-85н	Биточки "Рябушка" с овощами (мекс.смесь)	75/15	10.95	16.55	14.55	251	0.11	0.03	6.39	0.23	16.9	153.69	27.84	1.49
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	0.76	0.06	17.62	74.06	0.01	0.05	0.09	0.00	13.48	8.09	4.14	0.47
	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 декабря 23			13.63	22.16	75.32	555.14	0.29	6.53	10.53	2.61	69.09	245.23	91.11	4.11
Завтрак			13.63	22.16	75.32	555.14	0.29	6.53	10.53	2.61	69.09	245.23	91.11	4.11
35/2010	Салат из свеклы с яблоком	60	0.84	3.12	7.93	63.15	0.02	0.47	6.92	0.09	22.01	24.09	12.75	1.08
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-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		64.19 руб.												
Чт, 14 декабря 23			35.87	16.65	110.84	736.74	0.23	5.02	79.76	0.71	305.36	393.83	69.58	2.96
Завтрак			35.87	16.65	110.84	736.74	0.23	5.02	79.76	0.71	305.36	393.83	69.58	2.96
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 - 512н	Запеканка из творога "Ягодка" со сгущ.молоком	150/20	30.16	14.82	44.5	432.03	0.13	4.95	1.46	0.41	246.91	330.17	37.47	1.23
686/04	Чай с лимоном с пряником в ассортименте	200/7/35	2.3	1.56	40.93	187.02	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		64.19 руб.												
Пт, 15 декабря 23			44.72	19.91	58.47	592.01	0.35	23.27	52.74	1.27	109.43	432.65	198.82	4.71
Завтрак			44.72	19.91	58.47	592.01	0.35	23.27	52.74	1.27	109.43	432.65	198.82	4.71

ТТК-130	Салат "Метелка"	60	0.96	6.05	3.76	73.35	0.02	19.46	21.05	0.09	26.61	23.35	12.84	0.53
ТТК№230н	Мякоть птицы "Лакомый кусочек" с овощами	80/20	38.05	8.64	1.13	234.48	0.12	2.2	0.59	0.93	24.01	280.09	139.07	2.32
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-265н	Компот "Фруктово-ягодный" из красной смородины	200	0.12	0.04	16.55	67.06	0.00	0.68	5.13	0.1	7.38	6.77	3.49	0.18
	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 декабря 23			15.59	13.75	104.18	602.85	0.27	0.13	13.91	0.67	88.14	226.99	120.42	5.71
Завтрак			15.59	13.75	104.18	602.85	0.27	0.13	13.91	0.67	88.14	226.99	120.42	5.71
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	120	0.48	0.48	10.8	49.44	0.04	0.06	12	0.24	20.04	13.2	9.6	2.4
ТТК № 504	Котлеты рыбные "Любительские" из минтая с овощами (кукур, консерв.)	75/15	8.51	8.61	4	127.51	0.00	0.00	1.81	0.00	27.97	0.00	33.71	0.75
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-475	Чай полусладкий с зефиром	200/40	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	2.28	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			147.96	114.7	509.43	3,661.87	1.73	35.26	196.24	7.34	871.12	1,831.89	655.49	27.23

	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		147.96	114.7	509.43	3,661.87	1.73	35.26	196.24	7.34	871.12	1,831.89	655.49	27.23
В среднем в день:		24.66	19.12	84.91	610.31	0.29	5.88	32.71	1.22	145.19	305.32	109.25	4.54

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 77,34руб./день;

Категория питания: завтраки старше

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	Р	Mg	Fe

Пн, 11 декабря 23			64.42	22.01	29.65	70.36	636.38	0.32	0.17	28.2	0.67	296.94	343.69	136.3	4.28
Завтрак			64.42	22.01	29.65	70.36	636.38	0.32	0.17	28.2	0.67	296.94	343.69	136.3	4.28
тнк№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
тнк № 184н	Колбасные изделия отварные (сосиски) с маслом	100/3	40.15	12.39	18.65	0.45	219.27	0.06	0.03	0.00	0.21	231.03	152.31	22.26	0.21
510/04	Каша гречневая вязкая	180	7.56	5.57	5.7	29.83	192.97	0.19	0.12	0.00	0.35	11.58	132.51	87.59	2.95
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	2.37	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 декабря 23			51.26	21.18	22.65	103.09	700.88	0.32	0.18	23.23	1.81	81.29	261.75	64.66	6.06
Завтрак			51.26	21.18	22.65	103.09	700.88	0.32	0.18	23.23	1.81	81.29	261.75	64.66	6.06
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	125	11.46	0.5	0.5	11.25	51.5	0.04	0.06	12.5	0.25	20.88	13.75	10	2.5
ТТК-85н	Биточки "Рябушка" с овощами (мекс.смесь)	75/25	26.29	11.21	16.58	15.46	255.87	0.12	0.04	10.64	0.27	19.98	158.53	29.8	1.57
516/04	Макаронные изделия отварные	180	7.91	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	3.23	0.76	0.06	17.62	74.06	0.01	0.05	0.09	0.00	13.48	8.09	4.14	0.47
	Хлеб "Рябинушка"	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 декабря 23			80.43	25.73	16.69	80.3	574.27	0.37	0.87	14.13	1.48	89.22	410.39	113.68	6.26
Завтрак			80.43	25.73	16.69	80.3	574.27	0.37	0.87	14.13	1.48	89.22	410.39	113.68	6.26
35/2010	Салат из свеклы с яблоком	100	5.90	1.41	5.2	13.21	105.25	0.03	0.79	11.54	0.15	36.69	40.15	21.24	1.79
437/04	Гуляш	50/50	62.33	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	5.92	5.57	5.27	29.22	186.58	0.19	0.03	0.00	0.57	20.33	167.93	53.47	1.51
ТТК-258к	Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка	200	3.91	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	2.37	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 декабря 23			103.96	34.38	15.11	95.14	654.14	0.23	5.03	35.16	0.59	290.87	378.68	62.13	2.66
Завтрак			103.96	34.38	15.11	95.14	654.14	0.23	5.03	35.16	0.59	290.87	378.68	62.13	2.66
	Десерт фруктовый Мандарин	80	16.92	0.64	0.16	6	28	0.05	0.01	30.4	0.16	28	13.6	8.8	0.08
ТТК - 521н	Залежанка из творога "Ягодка" со сгущ.молоком	150/50	76.65	29.16	13.12	33.3	367.93	0.13	4.95	1.46	0.41	246.92	330.17	37.47	1.23
686/04	Чай с лимоном с пряником в ассортименте	200/7/35	8.02	2.3	1.56	40.93	187.02	0.00	0.07	3.3	0.02	8.15	10.01	5.36	0.87
	Хлеб "Рябинушка"	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 декабря 23			88.04	46.03	24.93	65.4	670.1	0.4	36.43	71.96	1.36	135.91	467.72	213.96	5.3
Завтрак			88.04	46.03	24.93	65.4	670.1	0.4	36.43	71.96	1.36	135.91	467.72	213.96	5.3
ТТК-130	Салат "Метелка"	100	5.51	1.61	10.09	6.26	122.26	0.03	32.43	35.08	0.15	44.36	38.91	21.4	0.88
ТТК№230н	Мякоть птицы "Лакомый кусочек" с овощами (фасоль)	80/20	54.78	38.05	8.64	1.13	234.48	0.12	2.2	0.59	0.93	24.01	280.09	139.07	2.32
520/04	Пюре картофельное	180	19.25	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-265н	Компот "Фруктово-ягодный" из красной смородины	200	6.13	0.12	0.04	16.55	67.06	0.00	0.68	5.13	0.1	7.38	6.77	3.49	0.18
	Хлеб "Рябинушка"	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 декабря 23			75.9	20.74	13.64	116.05	669.92	0.46	37.99	20.15	1.87	93.42	406.44	129.9	6.65
Завтрак			75.9	20.74	13.64	116.05	669.92	0.46	37.99	20.15	1.87	93.42	406.44	129.9	6.65
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 №523	Горбуша тушеная с овощами	50/50	36.43	12.74	7.47	4.65	136.77	0.14	37.83	4.05	1.04	21.81	139.56	27.55	0.66
316/10	Рис припущенный	180	11.88	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-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	2.37	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			464.01	170.07	122.67	530.34	3,905.69	2.1	80.67	192.83	7.78	987.65	2,268.67	720.63	31.21

	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белк и	Жир ы	Углево ды		В1	А	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe

ИТОГО ЗА 6 дней		464.01	170.07	122.67	530.34	3,905.69	2.1	80.67	192.83	7.78	987.65	2,268.67	720.63	31.21
В среднем в день:		77.34	28.35	20.45	88.39	650.95	0.35	13.45	32.14	1.30	164.61	378.11	120.11	5.20

Зам. директора по производству и качеству

Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам

Г.Х.Шайдуллина

Зам.начальника производственного отдела

А. В. Каримова