

"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 12.02.2024г. по 17.02.2024 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, 12 февраля 24			17.5	20.41	60.47	495.52	0.27	0.19	20.1	0.53	226.1	278.85	114.99	4.34
Завтрак			17.5	20.41	60.47	495.52	0.27	0.19	20.1	0.53	226.1	278.85	114.99	4.34
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 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, 13 февраля 24			22.89	23.97	90.89	670.79	0.29	1.63	15.24	1.72	153.41	306.97	64.83	5.25
Завтрак			22.89	23.97	90.89	670.79	0.29	1.63	15.24	1.72	153.41	306.97	64.83	5.25
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	124	0.5	0.5	11.16	51.09	0.04	0.06	12.4	0.25	20.71	13.64	9.92	2.48
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, 14 февраля 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, 15 февраля 24			40.22	20.81	100.62	750.61	0.23	5	76.68	0.76	467.16	491.07	77.7	3.03
Завтрак			40.22	20.81	100.62	750.61	0.23	5	76.68	0.76	467.16	491.07	77.7	3.03
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
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 - 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
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.												
Пт, 16 февраля 24			30.2	15.83	61.22	508.22	0.31	29.32	48.53	0.88	96.06	323.83	144.82	3.81

Завтрак				30.2	15.83	61.22	508.22	0.31	29.32	48.53	0.88	96.06	323.83	144.82	3.81
ТТК-130	Салат "Метелка"	60	0.98	6.05	3.85	73.81	0.02	19.47	21.16	0.09	27.01	23.81	13.08	0.55	
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	23.62	4.59	3.68	150.56	0.08	8.9	1.2	0.64	17.39	177.31	88.17	1.56	
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. 17 февраля 24				21.6	17.29	117.11	710.57	0.31	0.03	93.24	0.76	93.91	250.13	96.28	2.26
Завтрак				21.6	17.29	117.11	710.57	0.31	0.03	93.24	0.76	93.91	250.13	96.28	2.26
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	150	1.35	0.00	12.6	55.8	0.06	0.00	90	0.33	51	34.5	19.5	0.45	
ТТК 491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овоц.(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				145.74	120.44	504.71	3,685.71	1.7	43.05	267.04	6.66	1,104.74	1,894.23	589.53	22.93

	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		145.74	120.44	504.71	3,685.71	1.7	43.05	267.04	6.66	1,104.74	1,894.23	589.53	22.93
В среднем в день:		24.29	20.07	84.12	614.29	0.28	7.18	44.51	1.11	184.12	315.71	98.26	3.82

Зам. директора по производству и качеству

Мария

Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам

Елена

Г.Х.Шайдуллина

Зам.начальника производственного отдела

Карина

А. В. Каримова

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор

"СОГЛАСОВАНО"

(№ образовательной организации)

ООО "Школьное питание"

(ФИО руководителя)

Евгений

Р.И. Мусина

(подпись)

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

Стоимость питания 80,48руб

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	Са	Р	Mg
Пн. 12 февраля 24			66.71	22.29	31.15	69.01	645.62	0.32	0.23	31.3	0.69	305.34	354.03	141.52
Завтрак			66.71	22.29	31.15	69.01	645.62	0.32	0.23	31.3	0.69	305.34	354.03	141.52
ттк№357н	Салат "Капуста квашеная"	100	9.62	1.76	5.02	8.51	86.22	0.02	0.00	28	0.11	46.3	33.7	15.8

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
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
686/04	Чай с лимоном	200/7	3.57	0.27	0.06	15.28	62.73	0.00	0.07	3.3	0.02	8.15	10.01	5.36
	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
Вт, 13 февраля 24			71.07	23.44	24.83	94.99	697.08	0.29	1.64	13.54	1.93	145.55	305.58	65.97
Завтрак			71.07	23.44	24.83	94.99	697.08	0.29	1.64	13.54	1.93	145.55	305.58	65.97
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	119	11.49	0.48	0.48	10.71	49.03	0.04	0.06	11.9	0.24	19.87	13.09	9.52
ТТК-490н	Котлеты "Челнинские" с овощами (кукур.конс.)	75/25	39.51	12.09	17.09	9.3	239.33	0.07	0.01	0.56	0.33	13.38	146.1	25.2
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
ттк-839к	Напиток из цикория с молоком	200	9.43	2.16	1.75	16.22	89.27	0.03	1.54	1.08	0.07	85.35	65.01	10.53
	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
Ср, 14 февраля 24			96.18	30.05	20.72	75.59	609	0.37	1.39	16.13	0.91	259.81	514.16	125.08
Завтрак			96.18	30.05	20.72	75.59	609	0.37	1.39	16.13	0.91	259.81	514.16	125.08
31/10	Салат из свеклы с сыром	100	18.88	6.08	9.26	9.7	146.46	0.03	0.99	11.14	0.18	209.45	147.14	33.54
437/04	Гуляш	50/50	62.77	15.96	5.87	3.58	131.02	0.1	0.02	2.44	0.11	16.15	166.76	23.67
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
ттк№253н	Чай "Витаминный"полусл. с мармеладом	200/16	5.88	0.16	0.05	18.18	73.75	0.00	0.35	2.55	0.05	6.08	7.43	3.9
	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
Чт, 15 февраля 24			97.95	34.11	15.39	88.82	630.22	0.21	5.06	12.56	0.63	278.04	375.42	61.17
Завтрак			97.95	34.11	15.39	88.82	630.22	0.21	5.06	12.56	0.63	278.04	375.42	61.17
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	110	10.62	0.44	0.44	9.9	45.32	0.03	0.06	11	0.22	18.37	12.1	8.8
ТТК - 521н	Запеканка из творога "Ягодка" со сгущ.молоком	150/50	79.07	29.16	13.12	33.3	367.93	0.13	4.95	1.46	0.41	246.92	330.17	37.47
ТТК-475	Чай полусладкий с пряником	200/35	5.77	2.23	1.56	30.71	145.78	0.00	0.05	0.1	0.00	4.95	8.25	4.4
	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
Пт, 16 февраля 24			70.58	31.51	20.85	68.22	586.6	0.36	42.49	67.82	0.97	122.8	359.22	160.11
Завтрак			70.58	31.51	20.85	68.22	586.6	0.36	42.49	67.82	0.97	122.8	359.22	160.11
ТТК-130	Салат "Метелка"	100	7.25	1.63	10.09	6.42	123.01	0.03	32.45	35.26	0.15	45.02	39.69	21.79
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	35.66	23.62	4.59	3.68	150.56	0.08	8.9	1.2	0.64	17.39	177.31	88.17
520/04	Пюре картофельное	180	19.58	3.97	5.89	26.55	175.11	0.2	1.12	31.16	0.18	52.36	117.05	39.5
ТТК-356н	Компот "Фруктово-ягодный" ассорти	200	5.60	0.01	0.01	16.66	66.73	0.00	0.02	0.2	0.00	0.23	0.27	0.15
	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
Сб, 17 февраля 24			80.35	24.37	16.01	114.14	698.23	0.44	36.05	112.36	1.27	129.37	426.73	164.43
Завтрак			80.35	24.37	16.01	114.14	698.23	0.44	36.05	112.36	1.27	129.37	426.73	164.43
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	179	27.01	1.61	0.00	15.04	66.59	0.07	0.00	107.4	0.39	60.86	41.17	23.27
ттк №241н	Минтай тушеный с овощами	50/50	33.73	13.18	5.74	4.65	123.01	0.1	36.01	4.93	0.37	23.92	144.76	54.56
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
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофр. с печ. сахарн	200/15	5.01	2.74	4.79	33.83	189.45	0.00	0.01	0.03	0.00	8.25	2.97	1.45
	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
Итого			482.84	165.77	128.95	510.77	3,866.75	1.99	86.86	253.71	6.4	1,240.91	2,335.14	718.28

	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	
ИТОГО ЗА 6 дней			482.84	165.77	128.95	510.77	3,866.75	1.99	86.86	253.71	6.4	1,240.91	2,335.14	718.28
В среднем в день:			80.47	27.63	21.49	85.13	644.46	0.33	14.48	42.29	1.07	206.82	389.19	119.71

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам.начальника производственного отдела

Мартынова

Г.Н. Мартынова

Шайдуллина

Г.Х.Шайдуллина

Каримова

А. В. Каримова

5./день;

тства, мг
Fe
5.14
5.14
0.62

0.22
2.95
0.87
0.48
5.23
5.23
2.38
1.23
1.04
0.1
0.48
6.25
6.25
1.69
2.07
1.51
0.5
0.48
4.73
4.73
2.2
1.23
0.82
0.48
4.41
4.41
0.91
1.56
1.44
0.02
0.48
3.36
3.36
0.54
0.93
1.37
0.04
0.48
29.12

тВа, мГ
Fe
29.12
4.85