

"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 15.01.2024г. по 20.01.2024 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
Пн, 15 января 24			17.9	20.41	86.55	601.44	0.27	0.19	20.1	0.53	226.1	278.85	114.99	4.34
Завтрак			17.9	20.41	86.55	601.44	0.27	0.19	20.1	0.53	226.1	278.85	114.99	4.34
тнк№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
тнк №358н	Колбасные изд. отварные (сосиски) с	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 с зефиром	200/7/40	0.67	0.06	41.36	168.65	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, 16 января 24			23.03	24.11	94.13	685.62	0.3	1.65	18.84	1.79	159.42	310.93	67.71	5.97
Завтрак			23.03	24.11	94.13	685.62	0.3	1.65	18.84	1.79	159.42	310.93	67.71	5.97
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
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
тнк-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, 17 января 24			13.55	22.91	64.06	516.61	0.29	7.02	15.06	2.03	73.9	249.75	94.27	4.52
Завтрак			13.55	22.91	64.06	516.61	0.29	7.02	15.06	2.03	73.9	249.75	94.27	4.52
35/2010	Салат из свеклы с яблоком	75	1.11	3.9	10.26	80.62	0.02	0.63	9.05	0.11	28.99	31.83	16.81	1.4
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" 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		66.76 руб.												
Чт, 18 января 24			41.17	22.79	103.62	784.28	0.24	5.08	16.71	0.8	504.71	511.82	76.47	5.68
Завтрак			41.17	22.79	103.62	784.28	0.24	5.08	16.71	0.8	504.71	511.82	76.47	5.68
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	150	0.6	0.6	13.5	61.8	0.05	0.08	15	0.3	25.05	16.5	12	3
7/10	Сыр голландск.(порц)	20	5.9	5.54	0.00	73.48	0.01	0.00	0.15	0.09	220	132	12.1	0.15
ТТК - 512н	Запеканка из творога "Ягодка" со	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, 19 января 24			30.44	17.35	62.18	526.67	0.31	34.19	53.82	0.9	102.82	329.79	148.08	3.94

Завтрак			30.44	17.35	62.18	526.67	0.31	34.19	53.82	0.9	102.82	329.79	148.08	3.94
ТТК-130	Салат "Метелка"	75	1.22	7.57	4.81	92.26	0.02	24.34	26.45	0.11	33.77	29.77	16.34	0.68
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. 20 января 24			23.1	22.66	132.41	826.1	0.3	0.11	18.24	0.73	67.96	232.13	88.78	4.81
Завтрак			23.1	22.66	132.41	826.1	0.3	0.11	18.24	0.73	67.96	232.13	88.78	4.81
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	150	0.6	0.6	13.5	61.8	0.05	0.08	15	0.3	25.05	16.5	12	3
ТТК 491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая с	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.	200/30	4.99	9.56	48.23	298.98	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			149.19	130.23	542.95	3,940.72	1.71	48.24	142.77	6.78	1,134.91	1,913.27	590.3	29.26

	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		149.19	130.23	542.95	3,940.72	1.71	48.24	142.77	6.78	1,134.91	1,913.27	590.3	29.26
В среднем в день:		24.87	21.71	90.49	656.79	0.29	8.04	23.80	1.13	189.15	318.88	98.38	4.88

Зам. директора по производству и качеству

Мартынова

Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам

Шайдуллина

Г.Х.Шайдуллина

Зам.начальника производственного отдела

Каримова

А. В. Каримова

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р.И. Мусина

Р.И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

(№ образовательной организации)

(ФИО руководителя)

(подпись)

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

Стоимость питания 80,48руб./день;

Категория питания: завтраки старше

2 группа

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г	Цена, руб.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Ca	P	Mg	Fe
Пн. 15 января 24			64.8	22.29	31.15	69.01	645.62	0.32	0.23	31.3	0.69	305.34	354.03	141.52	5.14
Завтрак			64.80	22.29	31.15	69.01	645.62	0.32	0.23	31.3	0.69	305.34	354.03	141.52	5.14

тк№357н	Салат "Капуста квашеная"	100	8.97	1.76	5.02	8.51	86.22	0.02	0.00	28	0.11	46.3	33.7	15.8	0.62
тк № 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
510/04	Каша гречневая вязкая	180	7.79	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	3.72	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, 16 января 24			74.06	23.58	24.97	98.23	711.91	0.3	1.66	17.14	2	151.57	309.54	68.85	5.95
Завтрак			74.06	23.58	24.97	98.23	711.91	0.3	1.66	17.14	2	151.57	309.54	68.85	5.95
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	155	14.21	0.62	0.62	13.95	63.86	0.05	0.08	15.5	0.31	25.89	17.05	12.4	3.1
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	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
тк-839к	Напиток из цикория с молоком	200	9.70	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, 17 января 24			94.03	30.05	20.72	75.59	609	0.37	1.39	16.13	0.91	259.81	514.16	125.08	6.25
Завтрак			94.03	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	16.75	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	62.70	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
тк№253н	Чай "Витаминный"полусл. с мармеладом	200/16	5.93	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, 18 января 24			100.98	34.27	15.55	92.42	646.7	0.23	5.08	16.56	0.71	284.72	379.82	64.37	5.53
Завтрак			100.98	34.27	15.55	92.42	646.7	0.23	5.08	16.56	0.71	284.72	379.82	64.37	5.53
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	150	13.75	0.6	0.6	13.5	61.8	0.05	0.08	15	0.3	25.05	16.5	12	3
ТТК - 521н	Запеканка из творога "Ягодка" со сгущ.молоком	150/50	79.36	29.16	13.12	33.3	367.93	0.13	4.95	1.46	0.41	246.92	330.17	37.47	1.23
ТТК-475	Чай полусладкий с пряником	200/35	5.38	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	2.49	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, 19 января 24			69.34	31.51	20.85	68.22	586.6	0.36	42.49	67.82	0.97	122.8	359.22	160.11	4.41
Завтрак			69.34	31.51	20.85	68.22	586.6	0.36	42.49	67.82	0.97	122.8	359.22	160.11	4.41
ТТК-130	Салат "Метелка"	100	6.16	1.63	10.09	6.42	123.01	0.03	32.45	35.26	0.15	45.02	39.69	21.79	0.91
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	35.64	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	180	19.69	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-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, 20 января 24			79.62	31.97	21.78	127.9	835.6	0.46	36.13	21.68	1.32	102.39	466.78	176.63	6.34
Завтрак			79.62	31.97	21.78	127.9	835.6	0.46	36.13	21.68	1.32	102.39	466.78	176.63	6.34
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
тк №241н	Минтай тушеный с овощами	75/50	42.92	19.5	6.1	4.65	151.52	0.14	36.01	5.65	0.49	31.08	208.38	77.23	1.25
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	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофр. с печ. сахарн	200/30	7.44	4.99	9.56	48.23	298.98	0.00	0.01	0.03	0.00	8.25	2.97	1.45	0.04
	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			482.83	173.67	135.02	531.37	4,035.43	2.04	86.98	170.63	6.6	1,226.63	2,383.55	736.56	33.62

	Масса порции, г	Цена, руб.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	A	C	E	Ca	P	Mg	Fe
ИТОГО ЗА 6 дней		482.83	173.67	135.02	531.37	4,035.43	2.04	86.98	170.63	6.6	1,226.63	2,383.55	736.56	33.62

В среднем в день:		80.47	28.95	22.50	88.56	672.57	0.34	14.50	28.44	1.10	204.44	397.26	122.76	5.60
--------------------------	--	-------	-------	-------	-------	--------	------	-------	-------	------	--------	--------	--------	------

Зам. директора по производству и качеству



Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам



Г.Х.Шайдуллина

Зам.начальника производственного отдела



А. В. Каримова