

"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 25.09.2023г. по 30.09.2023 г.

1гр.3,5,9,10 2гр.4,6,57 3гр.38,36ф,59 4гр.43,79,49 5 гр.17,60,45 6 гр.42,75,62 7гр.54,53,16 8гр.23,40 9гр.15,19,77
0гр.50,11,88 31гр.44,56,21,69 32гр.27,28,68,29

**Стоимость питания
64,19руб./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, 25 сентября 23			17.34	20.48	51.69	460.48	0.28	12.32	29.86	0.53	223.4	276.44	115.36	4.47
Завтрак			17.34	20.48	51.69	460.48	0.28	12.32	29.86	0.53	223.4	276.44	115.36	4.47
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.(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
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, 26 сентября 23			30.32	24.01	89.81	696.66	0.83	0.15	19.8	1.8	215.73	385.17	115.19	9.53
Завтрак			30.32	24.01	89.81	696.66	0.83	0.15	19.8	1.8	215.73	385.17	115.19	9.53
	Десерт фруктовый Яблоко	127	0.51	0.51	11.43	52.32	0.04	0.06	12.7	0.25	21.21	13.97	10.16	2.54
ттк№-200н	Зразы "Любимые " с сыром с овощами (мекс.смесь)	75/15	10.07	18.23	6.63	230.91	0.08	0.05	7.07	0.3	107.38	174.74	28.1	1.27
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	150	16.96	4.98	37.41	262.32	0.66	0.02	0.00	1.25	71.09	168.59	64.97	5.19
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, 27 сентября 23			24.24	17.97	63.37	512.09	0.24	1.61	12.04	1.56	58.46	264.9	53.44	4.04
Завтрак			24.24	17.97	63.37	512.09	0.24	1.61	12.04	1.56	58.46	264.9	53.44	4.04
Сборниц рецептур	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
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	0.16	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, 28 сентября 23			35.26	22.8	98.7	740.99	0.26	5.64	12.5	0.66	348.91	431.88	68.85	4.65
Завтрак			35.26	22.8	98.7	740.99	0.26	5.64	12.5	0.66	348.91	431.88	68.85	4.65
	Десерт фруктовый Яблоко	109	0.44	0.44	9.81	44.91	0.03	0.05	10.9	0.22	18.2	11.99	8.72	2.18
ТТК - 865	Пудинг "Творожный" с соусом молочным сладким	150/30	27.04	14.54	41.21	403.89	0.15	4.18	0.77	0.38	239.84	321.72	40.67	1.54
ттк№343н	Кофейный напиток полусладкий с печ.сах.в ассорт.	200/18	5.5	7.55	32.77	221	0.03	1.41	0.83	0.06	83.07	73.27	8.96	0.45
	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, 29 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, 30 сентября 23			18.37	15.9	103.54	630.82	0.29	0.14	22.09	0.8	73.43	277.7	100.95	5.76
Завтрак			18.37	15.9	103.54	630.82	0.29	0.14	22.09	0.8	73.43	277.7	100.95	5.76
	Десерт фруктовый Яблоко	185	0.74	0.74	16.65	76.22	0.06	0.09	18.5	0.37	30.9	20.35	14.8	3.7
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	2.03	1.5	40.62	184.16	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			155.07	113.62	464.38	3,500.44	2.19	21.34	161.67	6.2	993.27	1,939.17	594.95	32.82

	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		155.07	113.62	464.38	3,500.44	2.19	21.34	161.67	6.2	993.27	1,939.17	594.95	32.82
В среднем в день:		25.85	18.94	77.40	583.41	0.37	3.56	26.95	1.03	165.55	323.20	99.16	5.47

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 Челок **Стоимость питания 77,34руб./день;**
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, 25 сентября 23			69.68	23.11	30.74	65.86	632.72	0.34	0.44	50.24	0.66	321.48	368.63	137.87	5.18
Завтрак			69.68	23.11	30.74	65.86	632.72	0.34	0.44	50.24	0.66	321.48	368.63	137.87	5.18
ттк-976	Салат из белокочанной капусты с кукурузой	100	19.92	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 № 184н	Колбасные изделия отварные (сосиски) с маслом	100/3	39.32	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	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
ТТК-475	Чай полусладкий	200	1.11	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"	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, 26 сентября 23			68.15	34.08	25.15	100.72	765.54	0.97	0.19	26.86	2.15	237.71	426.8	132.38	11.22
Завтрак			68.15	34.08	25.15	100.72	765.54	0.97	0.19	26.86	2.15	237.71	426.8	132.38	11.22
	Десерт фруктовый Яблоко	155	15.08	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№-200н	Зразы "Любимые " с сыром с овощами (мекс.смесь)	75/25	39.85	10.33	18.26	7.54	235.79	0.08	0.06	11.33	0.34	110.46	179.58	30.06	1.36
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	180	7.50	20.35	5.98	44.89	314.78	0.79	0.03	0.00	1.5	85.31	202.3	77.96	6.23
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, 27 сентября 23			84.18	25.51	18.84	72.31	560.8	0.25	1.63	17.55	1.98	65.73	284.13	59.59	4.34
Завтрак			84.18	25.51	18.84	72.31	560.8	0.25	1.63	17.55	1.98	65.73	284.13	59.59	4.34
Сборниц рецептур	Помидоры свежие	100	7.91	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
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-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, 28 сентября 23			104.89	38.45	25.86	126.24	891.4	0.27	5.33	16.6	0.7	336.56	420.98	69.56	5.46
Завтрак			104.89	38.45	25.86	126.24	891.4	0.27	5.33	16.6	0.7	336.56	420.98	69.56	5.46
	Десерт фруктовый Яблоко	152	14.79	0.61	0.61	13.68	62.62	0.05	0.08	15.2	0.3	25.38	16.72	12.16	3.04
ТТК - 865	Пудинг "Творожный" со сгущ.молоком	150/50	76.93	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№343н	Кофейный напиток полусладкий с печ.сах.в ассорт.	200/18	10.80	5.5	7.55	32.77	221	0.03	1.41	0.83	0.06	83.07	73.27	8.96	0.45
	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, 29 сентября 23			60.38	30.64	14.3	78.5	565.29	0.3	1.6	91.23	0.94	98.28	321.34	148.77	4.77
Завтрак			60.38	30.64	14.3	78.5	565.29	0.3	1.6	91.23	0.94	98.28	321.34	148.77	4.77
ТТК-637	Салат из свежей капусты с помидорами	100	4.64	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	40.47	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 зефиром	200/40	12.90	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"	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, 30 сентября 23			76.78	25.27	12.04	78.3	522.69	0.37	36.13	23.65	1.16	87.26	382.18	147.13	6.17
Завтрак			76.78	25.27	12.04	78.3	522.69	0.37	36.13	23.65	1.16	87.26	382.18	147.13	6.17
	Десерт фруктовый Яблоко	180	17.51	0.72	0.72	16.2	74.16	0.05	0.09	18	0.36	30.06	19.8	14.4	3.6
ттк №241н	Минтай тушеный с овощами	75/50	42.68	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			464.06	177.06	126.93	521.93	3,938.44	2.5	45.32	226.13	7.59	1,147.02	2,204.06	695.3	37.14

	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		464.06	177.06	126.93	521.93	3,938.44	2.5	45.32	226.13	7.59	1,147.02	2,204.06	695.3	37.14
В среднем в день:		77.34	29.51	21.16	86.99	656.41	0.42	7.55	37.69	1.27	191.17	367.34	115.88	6.19

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам.начальника производственного отдела




Г.Н. Мартынова

Л. В. Леонтьева

А. В. Каримова