

"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 27.11.2023г. по 02.12.2023 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

Стоимость питания
64,19руб./день;

Категория питания: бесплатные горячие завтраки

2 группа

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценност ь, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белк и	Жир ы	Углев олы		В1	А	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe
Пн, 27 ноября 23			18.45	20.48	53.16	470.73	0.29	0.17	19.12	0.51	226.97	292.46	117.93	4.51
Завтрак			18.45	20.48	53.16	470.73	0.29	0.17	19.12	0.51	226.97	292.46	117.93	4.51
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.(зел.гор)	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-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		#####												
Вт, 28 ноября 23			20.53	22.17	87.76	632.65	0.25	0.11	17.14	1.65	57.77	236.43	55.25	4.73
Завтрак			20.53	22.17	87.76	632.65	0.25	0.11	17.14	1.65	57.77	236.43	55.25	4.73
ТТК-495н	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 (мекс.смесь)	75/15	12.48	17.12	10.65	246.64	0.08	0.02	6.94	0.38	17.08	153.19	28.08	1.36
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-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		#####												
Ср, 29 ноября 23			13.88	22.14	85.95	598.49	0.3	6.54	10.47	1.96	74.31	242.66	90.45	4.17
Завтрак			13.88	22.14	85.95	598.49	0.3	6.54	10.47	1.96	74.31	242.66	90.45	4.17
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№253н	Чай "Витаминный"полусл. с мармеладом	200/16	0.76	0.06	30.01	123.58	0.01	0.04	0.09	0.00	13.47	8.08	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		#####												
Чт, 30 ноября 23			36.79	23.47	111.77	805.43	0.27	5.38	70.04	0.66	352.22	422.22	73.79	2.41
Завтрак			36.79	23.47	111.77	805.43	0.27	5.38	70.04	0.66	352.22	422.22	73.79	2.41
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	114	1.03	0.00	9.58	42.41	0.05	0.00	68.4	0.25	38.76	26.22	14.82	0.34
ТТК - 865	Пудинг "Творожный" со сгущ.молоком	150/30	28.62	15.73	53.78	471.12	0.14	3.84	0.57	0.34	220.31	306.09	37.94	1.49
ТТК №839к	Напиток из цикория с молоком с печ. сах в ассорт.	200/18	4.86	7.47	33.5	220.71	0.03	1.54	1.07	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		#####												
Пт, 01 декабря 23			30.26	14.36	51.73	457.28	0.3	10.02	55.54	0.84	98.04	322.94	143.63	4.36
Завтрак			30.26	14.36	51.73	457.28	0.3	10.02	55.54	0.84	98.04	322.94	143.63	4.36

ТТК-976	Салат из белокочанной капусты с кукурузой	75	0.85	4.54	5.96	68.1	0.01	0.14	28.27	0.05	24.27	14.94	7.64	0.3
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-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		#####												
Сб. 02 декабря 23			16.02	13.24	85.08	523.6	0.27	0.04	63.64	0.66	103.37	229.11	121.3	2.73
Завтрак			16.02	13.24	85.08	523.6	0.27	0.04	63.64	0.66	103.37	229.11	121.3	2.73
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	103	0.93	0.00	8.65	38.32	0.04	0.00	61.8	0.23	35.02	23.69	13.39	0.31
ТТК № 504	Котлеты рыбные "Любительские" из минтая с овощами (фасоль струч)	75/15	8.51	8.61	4	127.51	0.00	0.00	1.81	0.00	28.52	0.11	33.74	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-257н	Напиток "Фруктово-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		#####												
Итого			135.93	115.86	475.45	3,488.18	1.68	22.26	235.95	6.28	912.68	1,745.82	602.35	22.91

	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
		Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Са	Р	Мg	Fe
ИТОГО ЗА 6 дней		135.93	115.86	475.45	3,488.18	1.68	22.26	235.95	6.28	912.68	1,745.82	602.35	22.91
В среднем в день:		22.66	19.31	79.24	581.36	0.28	3.71	39.33	1.05	152.11	290.97	100.39	3.82

Зам. директора по производству и качеству

Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам

Г.Х.Шайдуллина

Зам.начальника производственного отдела

.. В. Каримова

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

"СОГЛАСОВАНО"

ООО "Школьное питание"

(№ образовательной организации)

Р.И. Мусина

(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	Са	Р	Мg	Fe

Пн. 27 ноября 23			60.03	22.2	29.69	58.76	591.15	0.32	0.2	28.1	0.67	301.66	351.67	140.55	5.08
Завтрак			60.03	22.2	29.69	58.76	591.15	0.32	0.2	28.1	0.67	301.66	351.67	140.55	5.08
тнк№357н	Салат "Капуста квашеная"	100	8.87	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-475	Чай полусладкий	200	1.08	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	2.37	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. 28 ноября 23			64.84	22.06	23.27	100.48	699.5	0.28	0.17	26.4	2.01	72.38	256.19	62.91	5.98
Завтрак			64.84	22.06	23.27	100.48	699.5	0.28	0.17	26.4	2.01	72.38	256.19	62.91	5.98
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	150	14.17	0.6	0.6	13.5	61.8	0.05	0.08	15	0.3	25.05	16.5	12	3
ТТК-490н	Котлеты "Челнинские" с овощами (мекс.смесь)	75/25	35.03	12.74	17.15	11.56	251.52	0.08	0.04	11.2	0.42	20.15	158.04	30.04	1.44
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-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
Ср. 29 ноября 23			77.67	26.39	17.59	76	567.82	0.37	1.19	14.65	0.8	102.6	419.8	118.44	6.23
Завтрак			77.67	26.39	17.59	76	567.82	0.37	1.19	14.65	0.8	102.6	419.8	118.44	6.23
52/11	Салат из свеклы отварной	100	3.92	1.82	6.12	10.67	104.97	0.02	1.09	12.12	0.12	44.84	52.12	26.66	1.7
437/04	Гуляш	50/50	62.23	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-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
Чт. 30 ноября 23			107.79	37.78	25.75	126.25	887.82	0.26	5.45	16.04	0.7	337.51	411.84	70.49	4.95
Завтрак			107.79	37.78	25.75	126.25	887.82	0.26	5.45	16.04	0.7	337.51	411.84	70.49	4.95
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	144	13.60	0.58	0.58	12.96	59.33	0.04	0.07	14.4	0.29	24.05	15.84	11.52	2.88
ТТК - 865	Пудинг "Творожный" со сгущ.молоком	150/50	79.76	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 №839к	Напиток из цикория с молоком с печ. сах в ассорт.	200/18	12.06	4.86	7.47	33.5	220.71	0.03	1.54	1.07	0.07	85.35	65.01	10.53	0.1
	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. 01 декабря 23			76.7	33.35	18.45	85.26	640.54	0.35	10.26	70.15	0.88	114.86	347.43	152.75	4.69
Завтрак			76.70	33.35	18.45	85.26	640.54	0.35	10.26	70.15	0.88	114.86	347.43	152.75	4.69
тнк-976	Салат из белокочанной капусты с кукурузой	100	17.69	1.13	6.06	7.94	90.8	0.02	0.19	37.69	0.06	32.36	19.92	10.18	0.39
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	33.25	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	17.76	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-475	Чай полусладкий с пряником	200/37	5.63	2.35	1.64	32.18	152.88	0.00	0.05	0.1	0.00	4.95	8.25	4.4	0.82
	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. 02 декабря 23			76.94	21.07	12.97	93.94	576.79	0.45	37.88	70.08	1.79	103.8	405.66	128.46	2.89
Завтрак			76.94	21.07	12.97	93.94	576.79	0.45	37.88	70.08	1.79	103.8	405.66	128.46	2.89
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	110	23.50	0.99	0.00	9.24	40.92	0.04	0.00	66	0.24	37.4	25.3	14.3	0.33
ТТК №523	Горбуша тушеная с овощами	50/50	36.41	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-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	2.78	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	2.37	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			463.97	162.85	127.72	540.69	3,963.62	2.03	55.15	225.42	6.85	1,032.81	2,192.59	673.6	29.82

	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		463.97	162.85	127.72	540.69	3,963.62	2.03	55.15	225.42	6.85	1,032.81	2,192.59	673.6	29.82
В среднем в день:		77.33	27.14	21.29	90.12	660.60	0.34	9.19	37.57	1.14	172.14	365.43	112.27	4.97

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам.начальника производственного отдела





Г.Н. Мартынова

Г.Х.Шайдуллина

.. В. Каримова