

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

 В.П. Гусева

"СОГЛАСОВАНО"

(№ образовательной организации)

(ФИО руководителя)

(подпись)

Примерное недельное меню рационов питания учащихся 1-4 классов в образовательных организациях г.

Набережные Челны с 06.02.2023г. по 11.02.2023 г.

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

Стоимость питания Младшие
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			
		Младшие	Белки	Жиры	Углев. оды	Младш. ие	B1	A	C	E	Ca	P	Mg	Fe
			Младш. ие	Младш. ие	Младш. ие		Младш. ие	Младш. ие	Младш. ие	Младш. ие	Младш. ие	Младш. ие	Младш. ие	
Пн, 06 февраля 23			21,9	21,38	89,52	638,11	0,37	0,25	25,14	1,27	77,93	352,48	127,15	5,78
Завтрак			21,9	21,38	89,52	638,11	0,37	0,25	25,14	1,27	77,93	352,48	127,15	5,78
ттк-976	Салат из белокочанной капусты с кукурузой	60	1,43	3,63	8,92	74,14	0,02	0,11	24,43	0,05	35,37	27,52	6,37	0,38
ТТК-738к	Котлеты "Крестьянские" с овощами (брокколи.)	75/15	13,03	12,65	21,45	251,75	0,14	0,01	0,56	0,28	16,86	178,99	32,49	2,05
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-268н	Компот "Флодово-ягодный" из кураги	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.												
Вт, 07 февраля 23			20,39	20,02	100,79	664,78	0,27	4,8	17,76	0,57	471,48	406,26	86,98	4,9
Завтрак			20,39	20,02	100,79	664,78	0,27	4,8	17,76	0,57	471,48	406,26	86,98	4,9
	Десерт фруктовый Яблоко	147	0,59	0,59	13,23	60,56	0,04	0,07	14,7	0,29	24,55	16,17	11,76	2,94
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-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	180/5	6,11	7,57	25,2	193,32	0,11	3,19	1,87	0,14	180,98	176,28	34,61	0,78
ТТК №839к	Напиток из цикория с молоком с печ. сах в ассорт.	200/17	4,71	7,16	32,54	213,41	0,03	1,54	1,07	0,07	85,35	65,01	10,53	0,1
	Хлеб "Рябинушка"	60	4,56	0,54	29,82	142,38	0,09	0,00	0,00	0,00	15,6	49,8	21	0,96
Итого стоимость питания в день		64,19 руб.												
Ср, 08 февраля 23			6,67	22,48	55,99	452,98	0,23	20,45	47,13	0,24	80,84	149,25	56,55	2,25
Завтрак			6,67	22,48	55,99	452,98	0,23	20,45	47,13	0,24	80,84	149,25	56,55	2,25
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-491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая с маслом	2/40/10	0,1	11,25	0,14	102,17	0,00	0,05	0,00	0,00	2,4	3	0,05	0,02
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№503	Напиток "Флодово-ягодный" ассорти	200	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"	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, 09 февраля 23			20,83	28,72	71,69	628,58	0,32	1,16	128,18	0,51	191,69	359,62	91,57	4,4
Завтрак			20,83	28,72	71,69	628,58	0,32	1,16	128,18	0,51	191,69	359,62	91,57	4,4
	Десерт фруктовый Апельсин	210	1,89	0,00	17,64	78,12	0,08	0,00	126	0,46	71,4	48,3	27,3	0,63

440/2010	Пельмени мясные отварные с маслом	180/3	15,01	27,15	31,68	431,12	0,17	0,01	1,43	0,00	47,54	233,17	42,37	2,42
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	1,65	1,3	7,46	48,15	0,02	1,15	0,75	0,05	64,95	53,25	11,4	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, 10 февраля 23			24,25	18,39	124,3	759,8	0,41	104,86	6,09	1,23	83,91	417,52	130,8	5,09
Завтрак			24,25	18,39	124,3	759,8	0,41	104,86	6,09	1,23	83,91	417,52	130,8	5,09
ТТК-456	Салат из моркови с курагой	60	0,92	6,09	13,84	113,91	0,02	79,22	2,1	0,67	17,29	30,3	18,89	0,6
ттк-№398н	Плов Азиатский	40/160	16,67	10,92	41,26	330	0,27	25,6	3,9	0,56	35,03	317,86	86,77	2,89
ттк№253н	Чай "Витаминный"полусл.с пряником	200/28	2,1	0,84	39,38	173,51	0,03	0,04	0,09	0,00	15,99	19,56	4,14	0,64
	Хлеб "Рябинушка"	60	4,56	0,54	29,82	142,38	0,09	0,00	0,00	0,00	15,6	49,8	21	0,96
Итого стоимость питания в день		64,19 руб.												
Сб, 11 февраля 23			12,17	19,48	73,17	516,69	0,32	6,94	99,93	1,88	114,02	202,38	84,02	3,05
Завтрак			12,17	19,48	73,17	516,69	0,32	6,94	99,93	1,88	114,02	202,38	84,02	3,05
	Десерт фруктовый Апельсин	110	0,99	0,00	9,24	40,92	0,04	0,00	66	0,24	37,4	25,3	14,3	0,33
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
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№-267н	Компот "Фруктово-ягодный" из вишни	200	0,24	0,00	18,15	73,56	0,01	0,00	4,5	0,09	11,1	9	7,8	0,15
	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			106,21	130,47	515,46	3 660,94	1,92	138,46	324,23	5,7	1 019,87	1 887,51	577,07	25,47

	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг					
		Младшие	Белки	Жиры		Углев оды	Младш ие	B1	A	C	E	Ca	P	Mg	Fe
			Млад шие	Млад шие		Млад шие		Млад шие	Млад шие	Млад шие	Млад шие	Млад шие	Младш ие	Младш ие	Млад шие
ИТОГО ЗА 6 дней			106,21	130,47	515,46	3 660,94	1,92	138,46	324,23	5,7	1 019,87	1 887,51	577,07	25,47	
В среднем в день:			17,70	21,75	85,91	610,16	0,32	23,08	54,04	0,95	169,98	314,59	96,18	4,25	

Зам. директора по производству и качеству		Г.Н. Мартынова
Экономист по ценам		Н.В. Журавлева
Зам. начальника производственного отдела		А.В.Каримова
"УТВЕРЖДАЮ"		"СОГЛАСОВАНО"
Генеральный директор		(№ образовательной организации)
ООО "Школьное питание"		(ФИО руководителя)
 _____ В.П. Гусева		(подпись)

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг						
				Старшие		Белки		Жиры	Углевод	Старшие	B1	A	C	E	Ca	P	Mg	Fe
						Старшие		Старшие	Старшие		Старшие	Старшие	Старшие	Старшие	Старшие	Старшие	Старшие	
Пн, 06 февраля 23			74,33	25,03	24,9	108,54	758,35	0,44	0,35	41,43	1,36	106,63	406,53	151,2	6,77			
Завтрак			74,33	25,03	24,9	108,54	758,35	0,44	0,35	41,43	1,36	106,63	406,53	151,2	6,77			
ттк-976	Салат из белокочанной капусты с кукурузой	100	18,03	2,39	6,06	14,87	123,56	0,03	0,19	40,72	0,08	58,95	45,87	10,62	0,63			
ТТК-738к	Котлеты "Крестьянские" с овощами (брокколи.)	75/25	38,82	14,28	12,79	29,55	290,4	0,17	0,01	0,56	0,28	20,05	192,6	37,69	2,3			
510/04	Каша гречневая вязкая	180	7,83	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-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из кураги	200	7,28	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"	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, 07 февраля 23			74,11	24,74	29,92	43,56	542,45	0,26	3,71	69,61	1,29	292,87	464,58	62,36	4,85			
Завтрак			74,11	24,74	29,92	43,56	542,45	0,26	3,71	69,61	1,29	292,87	464,58	62,36	4,85			
	Десерт фруктовый Апельсин	113	13,21	1,02	0,00	9,49	42,04	0,05	0,00	67,8	0,25	38,42	25,99	14,69	0,34			
340/04	Омлет натуральный с маслом	200/5	46,07	19,28	27,9	2,94	339,95	0,13	2,17	0,74	0,97	161,3	348,68	26,64	3,93			
ттк-839к	Напиток из цикория с молоком с пряником	200/28	12,46	2,16	1,75	16,22	89,27	0,03	1,54	1,07	0,07	85,35	65,01	10,53	0,1			
	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, 08 февраля 23			72	27,38	22,35	67,5	580,71	0,42	69,58	72,07	0,82	136,26	390,02	149,02	4,08			
Завтрак			72,00	27,38	22,35	67,5	580,71	0,42	69,58	72,07	0,82	136,26	390,02	149,02	4,08			
ТТК № 130	Салат "Метелка"	100	4,59	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 №241н	Минтай тушеный с овощами	75/50	43,13	19,5	6,1	4,65	151,52	0,14	36,01	5,65	0,49	31,08	208,38	77,23	1,25			
520/04	Пюре картофельное	180	17,46	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№503	Напиток "Фруктово-ягодный" ассорти	200	4,45	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			
Чт, 09 февраля 23			92,83	25,1	21,47	83,81	628,86	0,28	2,33	18,58	2,11	100,76	290,04	62,64	8,06			
Завтрак			92,83	25,1	21,47	83,81	628,86	0,28	2,33	18,58	2,11	100,76	290,04	62,64	8,06			
	Десерт фруктовый Яблоко	160	11,62	0,64	0,64	14,4	65,92	0,05	0,08	16	0,32	26,72	17,6	12,8	3,2			
423/04	Бефстроганов	50/50	70,25	15,55	15,27	5,59	221,99	0,08	2,17	2,48	0,5	42,14	182,81	24,72	2,52			
516/04	Макаронные изделия отварные	180	7,63	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-475	Чай полусладкий	200	0,96	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			
Пт, 10 февраля 23			73,86	49,73	28,03	130,19	971,88	0,48	223,4	8,94	1,89	114,05	592,37	268,99	5,61			
Завтрак			73,86	49,73	28,03	130,19	971,88	0,48	223,4	8,94	1,89	114,05	592,37	268,99	5,61			
62/11	Салат из моркови с сахаром	100	6,93	1,25	0,1	11,61	52,31	0,06	192	4,8	0,38	25,92	52,8	36,48	0,67			
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	75/200	55,09	40,34	16,79	53,41	526,06	0,36	31,36	4,05	1,51	66,86	506,59	217,87	3,99			
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным	200/34	9,47	5,86	10,87	50,26	322,32	0,01	0,04	0,09	0,00	13,47	8,08	4,14	0,47			
	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, 11 февраля 23			76,85	19,84	30,35	74,25	649,56	0,3	0,02	36,49	0,25	99,64	306,47	74,18	3,39			
Завтрак			76,85	19,84	30,35	74,25	649,56	0,3	0,02	36,49	0,25	99,64	306,47	74,18	3,39			
	Десерт фруктовый Мандарин	80	15,57	0,64	0,16	6	28	0,05	0,01	30,4	0,16	28	13,6	8,8	0,08			
440/2010	Пельмени мясные отварные с маслом	200/3	50,21	16,68	29,92	35,19	476,81	0,19	0,01	1,59	0,00	52,74	258,97	47,08	2,68			
ттк№-267н	Компот "Фруктово-ягодный" из вишни	200	8,70	0,24	0,00	18,15	73,56	0,01	0,00	4,5	0,09	11,1	9	7,8	0,15			
	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			463,98	171,82	157,02	507,85	#####	2,18	299,39	247,12	7,72	850,21	#####	768,39	32,76			

	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещества, г.			Энерг . ценн ость, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
	Старшие		Белки	Жиры	Углевод ы	Стар шие	B1	A	C	E	Ca	P	Mg	Fe
			Стар шие	Стар шие	Старши е		Стар шие	Стар шие	Стар шие	Старш ие	Старш ие	Стар шие	Стар шие	Старшие
ИТОГО ЗА 6 дней		463,98	171,82	157,02	507,85	#####	2,18	299,39	247,12	7,72	850,21	#####	768,39	32,76
В среднем в день:		77,33	28,64	26,17	84,64	688,64	0,36	49,90	41,19	1,29	141,70	408,34	128,07	5,46

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам. начальника производственного отдела



Г.Н. Мартынова

Н.В. Журавлева

А.В.Каримова