

"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 27.02.2023г. по 04.03.2023 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	Пищевые			Энерг.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
		порции, г.	вещества, г.			ценност ь, ккал								
			Младшие	Белк и Млад шие	Жиры Млад шие		Углев оды Млад шие	Младш ие	В1	А	С	Е	Са	Р
Пн, 27 февраля 23			21,34	26,3	75,25	623,12	0,22	0,05	21,42	1,44	289,62	253,3	58,46	2,06
Завтрак			21,34	26,3	75,25	623,12	0,22	0,05	21,42	1,44	289,62	253,3	58,46	2,06
ТТК-357н	Салат "Капуста квашеная"	60	1,07	3,01	5,2	52,21	0,01	0,00	16,92	0,07	28,15	20,92	9,65	0,38
ттк № 184н	Колбасные изделия отварные (сосиски) с маслом	100/3	12,39	18,65	0,45	219,27	0,06	0,03	0,00	0,21	231,03	152,31	22,26	0,21
516/04	Макаронные изделия отварные	150	5,36	4,37	36,54	206,89	0,09	0,02	0,00	1,07	11,54	46,17	8,25	0,84
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.												
Вт, 28 февраля 23			19,52	12,43	75,69	492,71	0,21	0,17	21,47	0,59	98,31	169,31	88,44	5,82
Завтрак			19,52	12,43	75,69	492,71	0,21	0,17	21,47	0,59	98,31	169,31	88,44	5,82
	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-89н	Котлеты рыбные "Морячка" с овощами (кукур.конс.)	75/15	14,06	7,37	9,03	158,7	0,00	0,00	3,17	0,01	42,05	10,32	23,08	0,77
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
686/04	Чай с лимоном с зефиром	200/7/43	0,27	0,06	15,28	62,74	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		64,19 руб.												
Ср, 01 марта 23			25,91	14,85	93,73	612,22	0,46	26,64	11,16	0,75	85,68	421,65	200,62	8,42
Завтрак			25,91	14,85	93,73	612,22	0,46	26,64	11,16	0,75	85,68	421,65	200,62	8,42
52/11	Салат из свеклы отварной	75	1,45	4,59	8,53	81,25	0,02	0,87	9,69	0,1	35,85	41,67	21,32	1,36
ТТК-247к	Гречка с говядиной "Батыр"	40/160	21,68	9,97	50,86	379,86	0,39	25,75	1,44	0,65	33,78	352,11	167,34	6,53
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		64,19 руб.												
Чт, 02 марта 23			30,08	9,09	63,06	454,37	0,26	8,92	61,2	1,34	87,35	337,63	127,89	2,94
Завтрак			30,08	9,09	63,06	454,37	0,26	8,92	61,2	1,34	87,35	337,63	127,89	2,94
	Десерт фруктовый Апельсин	100	0,9	0,00	8,4	37,2	0,04	0,00	60	0,22	34	23	13	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
510/04	Каша ячневая вязкая	150	3,28	4,23	21,1	135,54	0,09	0,02	0,00	0,48	28,16	112,42	16,22	0,6
ТТК-503	Напиток "Фруктово-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.												
Пт. 03 марта 23			11,36	14,18	84,19	509,8	0,17	0,69	10,4	0,41	79,36	118,64	40,92	4,47

Завтрак				11,36	14,18	84,19	509,8	0,17	0,69	10,4	0,41	79,36	118,64	40,92	4,47
	Десерт фруктовый Яблоко	100	0,4	0,4	9	41,2	0,03	0,05	10	0,2	16,7	11	8	2	
ТТК - 341к	Творожник "Зебра" со сгущённым молоком	150/30	5,93	8,05	38,9	251,78	0,09	0,59	0,3	0,21	49,91	74,49	18,02	1,17	
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/17	2,75	5,46	21,38	145,63	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, 04 марта 23				19,89	27,6	82	655,95	0,37	2,31	39,46	0,62	207,25	384,28	103,72	4,86
Завтрак				19,89	27,6	82	655,95	0,37	2,31	39,46	0,62	207,25	384,28	103,72	4,86
ттк-996	Салат "Бобовое зёрнышко"	75	2,63	3,97	10,99	90,18	0,05	0,66	7,67	0,12	40,88	67,18	23,84	1,48	
ттк-200н	Зразы "Любимые" с сыром с овощами (брокколи)	75/15	11,55	18,41	17,43	281,59	0,11	0,04	0,69	0,25	107,56	187,89	32,97	1,52	
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-265н	Компот "Фруктово-ягодный" из красной смородины	200	0,12	0,04	16,55	67,06	0,00	0,68	5,13	0,1	7,38	6,77	3,49	0,18	
	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				128,1	104,45	473,92	3 348,17	1,69	38,78	165,11	5,15	847,57	1 684,81	620,05	28,57

	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг					
		Младшие	Белки	Жиры		Углеводы	Младшие	B1	A	C	E	Ca	P	Mg	Fe
			Младшие	Младшие		Младшие		Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие
ИТОГО ЗА 6 дней			128,1	104,45	473,92	3 348,17	1,69	38,78	165,11	5,15	847,57	1 684,81	620,05	28,57	
В среднем в день:			21,35	17,41	78,99	558,03	0,28	6,46	27,52	0,86	141,26	280,80	103,34	4,76	

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)

Примерное недельное меню рационов питания учащихся 5-11 классов в образовательных организациях г.Набережные													Стоимость питания Старшие			
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				
				Старшие	Белки	Жиры		Углеводы	Старшие	B1	A	C	E	Ca	P	Mg

				Стар	Стар	Старши		Стар	Стар	Стар	Стар	Старш	Старши	Стар	Старшие
			68,18	23,15	30,63	86,06	712,54	0,24	0,07	32,7	1,7	316,48	278,15	66,87	2,53
Пн, 27 февраля 23															
Завтрак			68,18	23,15	30,63	86,06	712,54	0,24	0,07	32,7	1,7	316,48	278,15	66,87	2,53
ТТК-357н	Салат "Капуста квашеная"	100	8,69	1,79	5,02	8,67	87,02	0,02	0,00	28,2	0,11	46,92	34,86	16,08	0,64
ттк № 1н	Колбасные изделия отварные (сосиски) с маслом	100/5	40,74	12,41	20,1	0,48	232,51	0,06	0,04	0,00	0,21	231,51	152,91	22,27	0,22
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№-267н	Компот "Фруктово-ягодный" из вишни	200	8,75	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
Вт, 28 февраля 23			81,8	25,5	12,06	77,71	521,43	0,37	36,2	25,95	1,16	99,04	392,17	152,01	6,88
Завтрак			81,80	25,5	12,06	77,71	521,43	0,37	36,2	25,95	1,16	99,04	392,17	152,01	6,88
	Десерт фруктовый Яблоко	170	12,34	0,68	0,68	15,3	70,04	0,05	0,09	17	0,34	28,39	18,7	13,6	3,4
ттк №241н	Минтай тушеный с овощами	75/50	43,38	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	8,12	2,77	4,95	27,57	165,94	0,13	0,03	0,00	0,31	23,62	130,18	45,32	0,88
686/04	Чай с лимоном с зефиром	200/7/43	15,59	0,27	0,06	15,28	62,74	0,00	0,07	3,3	0,02	8,15	10,01	5,36	0,87
	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, 01 марта 23			77,32	22,57	15,96	92,08	602,29	0,47	25,01	15,43	0,73	107,83	389,32	177,15	7,67
Завтрак			77,32	22,57	15,96	92,08	602,29	0,47	25,01	15,43	0,73	107,83	389,32	177,15	7,67
ттк-996	Салат "Бобовое зёрнышко"	100	5,26	3,51	5,29	14,65	120,25	0,07	0,88	10,23	0,16	54,51	89,58	31,79	1,97
ТТК-246н	Гречка "По-купечески" с говядиной	50/150	66,60	16,28	10,38	43,09	330,93	0,35	24,11	5,17	0,57	37,27	271,87	133,4	5,17
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	3,09	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
Чт, 02 марта 23			66,78	31,81	9,93	77,36	526,12	0,33	8,93	133,2	1,7	133,79	387,71	146,73	3,42
Завтрак			66,78	31,81	9,93	77,36	526,12	0,33	8,93	133,2	1,7	133,79	387,71	146,73	3,42
	Десерт фруктовый Апельсин	220	24,51	1,98	0,00	18,48	81,84	0,09	0,00	132	0,48	74,8	50,6	28,6	0,66
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	29,82	23,62	4,59	3,68	150,56	0,08	8,9	1,2	0,64	17,39	177,31	88,17	1,56
510/04	Каша ячневая вязкая	180	5,58	3,93	5,07	25,32	162,65	0,11	0,03	0,00	0,58	33,8	134,9	19,46	0,72
ТТК-503	Напиток "Фруктово-ягодный" ассорти	200	4,50	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
Пт, 03 марта 23			90,4	13,09	16,16	101,59	604,1	0,19	0,73	17,4	0,55	91,05	126,34	46,52	5,87
Завтрак			90,40	13,09	16,16	101,59	604,1	0,19	0,73	17,4	0,55	91,05	126,34	46,52	5,87
	Десерт фруктовый Яблоко	170	12,34	0,68	0,68	15,3	70,04	0,05	0,09	17	0,34	28,39	18,7	13,6	3,4
ТТК - 341к	Творожник "Зебра" со сгущённым молоком	150/50	72,36	7,38	9,75	50	317,24	0,09	0,59	0,3	0,21	49,91	74,49	18,02	1,17
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/17	3,33	2,75	5,46	21,38	145,63	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
Сб, 04 марта 23			76,29	23,69	31,87	83,54	715,78	0,39	1,84	36,98	0,53	178,31	350,29	91,67	3,87
Завтрак			76,29	23,69	31,87	83,54	715,78	0,39	1,84	36,98	0,53	178,31	350,29	91,67	3,87
	Сельдь с маслом	25/5	11,18	4,52	7,12	0,00	82,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,07	0,01	0,00
ттк-200н	Зразы "Любимые" с сыром с овощами (брокколи)	75/25	39,12	12,8	18,55	25,53	320,24	0,14	0,04	0,69	0,25	110,75	201,5	38,17	1,77
520/04	Пюре картофельное	180	18,04	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-265н	Компот "Фруктово-ягодный" из красной смородины	200	5,58	0,12	0,04	16,55	67,06	0,00	0,68	5,13	0,1	7,38	6,77	3,49	0,18
	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			460,77	139,81	116,61	518,34	3 682,26	1,99	72,78	261,66	6,37	926,5	1 923,98	680,95	30,24

	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценнос ть, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белк и	Жиры	Углевод ы		В1	А	С	Е	Са	Р	Mg	Fe

			Стар шие	Стар шие	Старши е		Стар шие	Стар шие	Стар шие	Стар шие	Старш ие	Старши е	Стар шие	Старшие
ИТОГО ЗА 6 дней		460,77	139,81	116,61	518,34	3 682,26	1,99	72,78	261,66	6,37	926,5	1 923,98	680,95	30,24
В среднем в день:		76,80	23,30	19,44	86,39	613,71	0,33	12,13	43,61	1,06	154,42	320,66	113,49	5,04

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам. начальника производственного отдела



Г.Н. Мартынова

Н.В. Журавлева

А.В.Каримова