


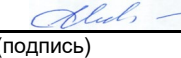
"УТВЕРЖДАЮ"  
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

 Р.И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

МБОУ "Кадыровская СОШ"  
Исламова Р.С.  
(ФИО руководителя)

  
(подпись)

Примерное меню питания учащихся летних пришкольных лагерей Заинского района с 02.06.2025г. по 07.06.2025 г.

Стоимость питания  
228,23руб./день;

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценнос ть,	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углево ды		В1	А	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe
Пн, 02 июня 25			61,58	57,8	160,8	1 409,78	0,89	91,81	45,81	3,08	307,71	972,16	279,04	13,69
Завтрак			21,45	31,46	46,32	554,26	0,2	2,04	10,77	1,07	173,91	357,08	46,86	6,83
	Питьевая вода негаз.	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
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
340/04	Омлет натуральный с маслом	180/3	17,32	22,99	2,6	286,62	0,12	1,94	0,67	0,87	144,46	312,93	23,96	3,53
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
	Шоколад молочный Победа 25г.(покуп)	25	1,25	7,75	14,75	133,75	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
Обед			40,13	26,34	114,48	855,52	0,69	89,77	35,04	2,01	133,8	615,08	232,18	6,86
ТТК №556н	Салат из картофеля с огурцами	60	1,73	3,06	5,34	55,83	0,06	32,37	10,88	0,13	18,54	45,73	20,25	0,66
139/04	Суп картофельный с бобовыми с мясными фрикадельками "Останкинские"	250/25	12,11	8,66	18,47	200,23	0,32	26,62	19,2	0,88	49,72	206,9	59,33	3,03
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	21,48	13,93	40,63	373,86	0,26	30,76	4,93	1	49,49	334,58	140,64	2,64
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"	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
	Хлеб "Дарницкий"	36,25	2,03	0,4	15,7	74,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого стоимость питания в день		228,23 руб.												
Вт, 03 июня 25			45,17	47,86	179,48	1 329,39	1,02	55,56	183,94	2,04	440,27	957,72	287,61	10,82
Завтрак			15,33	12,31	83,18	504,86	0,38	3,54	62,08	1,03	273,28	412,28	121,1	2,9
	Питьевая вода негаз.	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	100	0,9	0,00	8,4	37,2	0,04	0,00	60	0,22	34	23	13	0,3
302/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/5	9,13	6,82	43,97	273,82	0,25	2,13	1,25	0,75	137,5	277,62	74,53	1,81
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	200	3,02	5,22	15,9	122,65	0,04	1,41	0,83	0,06	93,98	86,76	23,07	0,31
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
Обед			29,84	35,55	96,3	824,53	0,64	52,02	121,86	1,01	166,99	545,44	166,51	7,92
ТТК-359 н	Винегрет из овощей (без лука)	60	1,59	4,67	5,52	70,52	0,04	25,1	9,08	0,12	22,65	40,69	18,79	0,76
134/04	Суп крестьянский с крупой с цыплятами	250/25	7,25	7,26	9,91	133,99	0,12	26,86	33,35	0,27	42,68	114,46	33,01	1,36
ТТК 28Н	Запеканка картофельная с мясом "Школьная"с/м	200/5	15,29	22,95	25,86	371,14	0,41	0,06	65,43	0,62	59,86	329,39	92,21	4,72
	Сок 0,2	200	1,4	0,00	24,4	103,2	0,02	0,00	14	0,00	34	36	12	0,6
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
	Хлеб "Дарницкий"	36,25	2,03	0,4	15,7	74,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого стоимость питания в день		228,23 руб.												
Ср, 04 июня 25			46,22	31,52	187,33	1 217,88	0,71	30,17	99,45	4,03	320,88	714,59	244,28	10,28

Завтрак				10,11	8,91	67,99	392,6	0,26	2,46	11,62	1,66	183,02	252,02	81,71	4,66	
	Питьевая вода негаз.	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
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		
302/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	205	6,65	8,11	26,53	205,74	0,18	2,35	1,37	0,6	145,04	197,79	54,61	1,23		
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	0,78	0,13	17,55	74,47	0,00	0,06	0,25	0,86	13,48	18,33	8,6	0,95		
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48		
Обед				36,11	22,61	119,34	825,28	0,45	27,71	87,83	2,37	137,86	462,57	162,57	5,62	
ТТК-513н	Салат " Свежесть "	60	1,35	3,07	6,52	59,12	0,02	0,23	45	0,08	37,1	23,48	12,07	0,46		
132/2004	Рассольник ленинградский с мясными фрикадельками "Останкинские"	250/25	9,02	8,41	14,98	171,75	0,19	26,8	27,62	0,62	36,61	205,08	58,53	2,08		
ткк№344н	Мякоть птицы "По-Грузински"	50/50	15,99	5,48	6,39	138,83	0,09	0,65	8,81	0,57	31,4	159,37	70,84	1,61		
ТТК - 181а	Макароны отварные	150	5,3	4,96	36,41	211,45	0,09	0,00	0,00	1,07	18,55	46,22	8,71	0,89		
ТТК-950	Напиток "Лимонный"	200	0,14	0,02	24,43	98,45	0,01	0,03	6,4	0,03	6,4	3,52	1,92	0,1		
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48		
	Хлеб "Дарницкий"	36,25	2,03	0,4	15,7	74,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого стоимость питания в день			228,23 руб.													
Чт, 05 июня 25				35,76	38,55	198,86	1 285,55	0,95	30,95	136,12	2,13	368,78	769,13	305,36	11,43	
Завтрак				21,03	14,28	108,29	645,85	0,43	3,74	22	1,39	246,15	430,93	166,69	5,21	
	Питьевая вода негаз.	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ТТК-495н	Десерт фруктовый Банан	200	3	0,00	42	180	0,08	0,04	20	0,8	16	56	84	1,2		
337/04	Яйцо вареное	1 шт	5,52	5,04	0,00	67,44	0,03	0,27	0,00	0,29	26,4	92,16	5,76	1,2		
302/04	Каша молочная пшенная с маслом	200/5	8,58	7,67	43,92	279,07	0,25	2,28	1,25	0,25	131	204,62	55,03	1,46		
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"	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48		
Обед				14,73	24,27	90,57	639,7	0,52	27,21	114,12	0,74	122,63	338,2	138,67	6,22	
ТТК-294н	Огурец свежий порциями	60	3,26	0,06	1,53	19,72	0,02	0,01	6,12	0,06	14,08	25,7	8,57	0,37		
110/04	Борщ с капустой и картоф.	250	2,23	3,77	13,77	97,93	0,07	27,18	30,31	0,22	51,08	69,36	31,52	1,49		
ТТК-653к	Зразы из минтая с сыром	2/60	0,00	7,99	0,00	71,93	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ТТК 11н	Картофель "По-деревенски"	150	4,75	11,6	25,6	225,86	0,37	0,00	73,15	0,37	42,09	213,25	84,45	2,97		
ТТК-271н	Компот "Фруктово-ягодный" из свежих яблок	200	0,18	0,18	19,06	78,58	0,01	0,02	4,54	0,09	7,58	4,99	3,63	0,91		
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48		
	Хлеб "Дарницкий"	36,25	2,03	0,4	15,7	74,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого стоимость питания в день			228,23 руб.													
Сб, 07 июня 25				38,59	34,32	191,15	1 227,75	1,13	38,39	93	1,84	403,47	634,26	216,84	10,46	
Завтрак				11,85	11,36	97,34	538,98	0,73	2,24	78,57	0,67	335,32	291,91	93,01	5,02	
	Питьевая вода негаз.	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	100	0,9	0,00	8,4	37,2	0,04	0,00	60	0,22	34	23	13	0,3		
302/04	Каша молочная рисовая с маслом	200/5	6,01	6,53	42,31	252,03	0,19	2,19	1,28	0,45	138,14	235,92	65,37	1,05		
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	0,76	0,06	17,62	74,06	0,01	0,05	0,09	0,00	13,48	8,09	4,14	0,47		
	Вафли "Золотце ты моё!" витаминизир.20 г	20	1,9	4,5	14,1	104,5	0,44	0,00	17,2	0,00	141,9	0,00	0,00	2,72		
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48		
Обед				26,74	22,96	93,81	688,77	0,4	36,15	14,43	1,17	68,15	342,35	123,83	5,44	
ткк№487н	Салат из св.помидоров	60	0,29	3,6	2,35	42,96	0,00	0,02	7,95	0,29	7,21	14,43	6,5	0,19		
148/2004	Суп лапша домашняя с цып	250/25	7,89	7,07	13,96	151	0,08	28,02	2,5	0,47	20,91	90,61	16,48	0,96		
433/04	Мясо тушеное	50/50	9,65	6,26	5,44	116,71	0,11	8,02	3,78	0,12	23,61	103,29	17,23	1,34		
ТТК-187а	Каша гречневая вязкая	150	4,59	5,35	24,79	165,69	0,16	0,07	0,00	0,29	8,39	108,85	72,97	2,45		
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"	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48		
	Хлеб "Дарницкий"	36,25	2,03	0,4	15,7	74,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого стоимость питания в день			228,23 руб.													

	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность,	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
		Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe
ИТОГО ЗА 5 дней		231,00	237,00	1005,00	7050,00	3,60	2,10	180,00	30,00	3300,00	3300,00	750,00	36,00
В среднем в день:		46,20	47,40	201,00	1 410,00	0,72	0,42	36,00	6,00	660,00	660,00	150,00	7,20

Примечание:

1) Допускается изменение массы порции блюд в соответствии с требованиями СанПин 2.3/2.4.3590-20 приложение 9,таблица 1

2) Разрешается проводить замену блюд,согласно ассортимента продукции ,реализуемой в пищеблоках образовательных организаций(согласно п.8.1.5.СанПин 2.3/2.4.3590-20)

3) При включении в меню яйца вареного норма выхода должна составлять не менее 1 шт яйца-40гр.

Зам.Ген. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам. начальника производственного отдела

Г.Н. Мартынова

Р. Х. Нагимова

Г.А. Хисанова

Зав. Производством:

Мед. Работник: