

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"



(подпись)

"СОГЛАСОВАНО"

начальник лагеря

(подпись)

Стоимость питания
245,87руб./день:

Примерное меню питания детей летних пришкольных лагерей г. Набережные Челны с 01.06.2026г. по 05.06.2026 г.

№ 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. 01 июня 26			65.69	55.47	250.52	1,764.17	1.49	61.45	102.59	2.96	819.94	1,085.58	283.11	15.88
Завтрак			17.21	19.75	101.66	653.29	0.34	2.46	15.57	1.43	282.37	327.74	91.17	5.7
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	140	0.7	0.7	16.1	73.5	0.04	0.07	14	0.28	23.38	15.4	11.2	2.8
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10	5.59	7.15	15.56	148.97	0.05	0.05	0.07	0.04	115	90	16.35	0.49
302/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	9	6.52	44.34	272.06	0.25	2.28	1.25	0.25	130.52	204.02	55.02	1.46
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусл. с шоколадом Сказка молочный	200/15	1.92	5.38	25.66	158.76	0.00	0.06	0.25	0.86	13.47	18.32	8.6	0.95
Обед			40.53	25.82	126.12	899.03	0.62	58.99	68.09	1.53	136.47	546.16	159.54	7.24
ТТК-513н	Салат " Свежесть "	60	1.5	3.07	6.52	59.74	0.02	0.23	45	0.08	37.1	23.48	12.07	0.46
139/04	Суп картофельный с бобовыми с цып	250/25	14.33	8.66	20.81	218.54	0.31	26.74	19.2	0.6	39.46	160.04	49.69	2.69
ТТК 328к	Плов "Сытный"	50/150	19.89	13.4	48.75	395.15	0.24	32	3.86	0.85	43.86	334.77	85.82	3.56
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 "Рябиனுшка"	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"	1/36,25	2.03	0.4	15.7	74.49	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Полдник			7.95	9.9	22.74	211.85	0.53	0.00	18.93	0.00	401.1	211.68	32.4	2.94
698/04	Ацидофилин	200	6.05	5.4	8.64	107.35	0.09	0.00	1.73	0.00	259.2	211.68	32.4	0.22
	Вафли "Золотце ты мое!" витаминизир.20 г(покупн)	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
Итого стоимость питания в день		245.87 руб.												
Вт. 02 июня 26			60.26	59.74	258.81	1,813.96	0.87	57.97	83.94	4.35	566.72	988.55	235.24	11.52
Завтрак			17.95	14.66	59.85	443.16	0.25	6.01	3.38	0.56	357.23	415.25	77.2	3.08
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
ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	200/3	6.76	6.55	27.96	197.87	0.13	3.53	2.08	0.16	200.47	195.09	38.44	0.86
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	200	3.39	2.8	16.98	106.66	0.04	2.21	1.3	0.11	122.56	103.1	22.5	0.54
	Хлеб "Рябиனுшка"	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			32.53	37.8	112.53	920.47	0.39	51.78	66.46	2.22	140.78	436.95	110.88	6.14
ТТК-359н	Винегрет из овощей (без лука)	60	1.62	4.67	4.91	68.21	0.04	24.93	9.25	0.12	19.86	36.07	17.67	0.82
124/2004	Щи из св кап с карт.с мясн фрик.Останкин.со сметаной	250/25/5	8.53	10.24	9.48	164.2	0.12	26.82	50.91	0.61	63.4	168.42	45.01	1.72
ТТК-490н	Котлеты "Челнинские" с овощами (кукур.конс.)	75/15	12.59	17.08	12.06	252.35	0.08	0.01	1.76	0.33	23.59	156.35	25.36	1.32
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-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 "Рябиனுшка"	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"	1/36,25	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
	Полдник		9.78	7.28	86.43	450.33	0.23	0.18	14.1	1.57	68.71	136.35	47.16	2.3	
	Сок 0,2	200	1.4	0.00	24.4	103.2	0.02	0.00	14	0.00	34	36	12	0.6	
ТТК-8К	Плюшка "Новомосковская"	100	8.38	7.28	62.03	347.13	0.21	0.18	0.1	1.57	34.71	100.35	35.16	1.7	
	Итого стоимость питания в день	245.87 руб.													
	Ср. 03 июня 26		50.71	51.08	249.45	1,660.23	0.89	30.4	99.56	3.23	266.79	778.75	288.41	9.78	
	Завтрак		14.72	6.96	136.8	668.66	0.35	2.26	22.22	1.16	161.62	307.55	157.05	3.02	
ТТК-495н	Десерт фруктовый Банан	200	4	0.8	52	231.2	0.08	0.04	20	0.8	16	56	84	1.2	
ТТК 270	Каша молочная вязкая "Дружба" с маслом	200/3	8.34	5.89	48.41	279.97	0.22	2.22	1.26	0.36	134.46	222.33	61.11	1.24	
ТТК-272н	Кисель из концентрата полусладкий	200	0.1	0.00	21.48	86.3	0.00	0.00	0.96	0.00	3.36	4.32	1.44	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	
	Обед		33.05	36.14	95.78	840.51	0.54	28.14	77.34	2.07	105.17	471.2	131.36	6.76	
ТТК-294н	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	
151/96; 148/04	Суп лапша домашняя с цыплятами с укропом	250/25/1	10.86	8.92	14.7	182.51	0.08	28.03	3.5	0.49	23.14	91.54	17.18	0.97	
ТТК 28Н	Запеканка картофельная с мясом "Школьная"с/м	200/5	17.06	26.47	28.63	421.03	0.41	0.06	65.43	0.62	59.86	329.39	92.21	4.72	
ТТК-258к	Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка	200	0.51	0.08	19.39	80.27	0.00	0.03	0.15	0.65	8.25	10.65	4.8	0.41	
	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"	1/36,25	2.03	0.4	15.7	74.49	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
	Полдник		2.94	7.98	16.87	151.06	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
	Мороженое пломб.ГОСТ.в вафлях 70г	70	2.94	7.98	16.87	151.06	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
	Итого стоимость питания в день	245.87 руб.													
	Чт, 04 июня 26		84.4	43.78	245.13	1,712.08	0.83	32.25	133.22	3.15	433.55	961.29	327.86	11.37	
	Завтрак		33.17	16.48	96.33	666.33	0.22	4.22	67.85	0.59	251.92	340.94	73	3.03	
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	100	1	0.1	12	52.9	0.04	0.00	60	0.22	34	23	13	0.3	
ТТК №-991к	Пудинг из твор."Морошка" со сгущ.молоком	150/20	29.55	16.04	54.13	479.08	0.13	4.15	4.55	0.35	201.97	283.03	44.14	1.38	
686/04	Чай с лимоном	200/7	0.34	0.07	15.29	63.16	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	
	Обед		45.19	26.26	95.4	798.6	0.48	27.59	51.11	1.74	112.23	520.29	222.71	6.89	
ттк№489н	Салат из св.помидоров и огурцов	60	1.5	3.62	1.95	46.4	0.01	0.01	6.97	0.19	10.4	18.76	7.19	0.26	
135/2004	Суп из овощей с мясными фрикад. Останк.со смет.с укропом	250/25/5/1	13.42	12.53	14.76	225.46	0.16	26.71	36.41	0.61	52.89	184.16	48.99	1.87	
ттк№344н	Мякоть птицы "По-Грузински"	50/50	21.36	3.82	6.61	146.28	0.1	0.78	7.53	0.65	32.52	183.35	82.91	1.81	
ТТК-187а	Каша гречневая вязкая	150	4.59	5.61	24.79	167.99	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	16.68	66.79	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"	1/36,25	2.03	0.4	15.7	74.49	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
	Полдник		6.04	1.04	53.4	247.15	0.13	0.44	14.26	0.82	69.4	100.06	32.15	1.45	
	Сок 0,2	200	1.4	0.00	24.4	103.2	0.02	0.00	14	0.00	34	36	12	0.6	
479/10	Булочка "Молочная"	50	4.64	1.04	29	143.95	0.11	0.44	0.26	0.82	35.4	64.06	20.15	0.85	
	Итого стоимость питания в день	245.87 руб.													
	Пт, 05 июня 26		150.98	89.64	205.11	2,231.08	0.95	32.61	129.65	3.36	590.8	889.46	244.37	8.94	
	Завтрак		19.52	15.88	73.09	513.4	0.39	2.48	39.35	1.24	212.37	420.83	106.2	4.42	
ТТК-495н	Десерт фруктовый Мандарин	120	0.8	0.2	7.5	35	0.06	0.01	38	0.2	35	17	11	0.1	
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	2.73	4.39	15.56	112.71	0.05	0.02	0.00	0.00	9	26.4	10.52	0.49	
337/04	Яйцо вареное	1 шт	6.24	5.57	0.58	77.38	0.03	0.27	0.00	0.29	26.4	92.16	5.76	1.2	
302/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	9.55	5.67	44.39	266.81	0.25	2.13	1.25	0.75	137.02	277.02	74.52	1.81	
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	

Обед			122.78	61.2	109.34	1,479.2	0.5	30.13	88.3	2.12	136.43	286.63	110.17	4.32
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.цыпл.смет	250/25/5	10.27	10.27	14.28	190.63	0.07	27.7	30.32	0.24	49.81	70.62	31.65	1.45
ткк№-511н	Зразы из минтая с сыром и овощами (зел.гор.конс.)	75/15	100.81	45.04	21.62	895.07	0.13	1.85	2.31	1.55	6.12	14.52	4.85	0.16
520/04	Пюре картофельное	150	3.99	5.14	16.84	129.56	0.22	0.54	43.15	0.24	52.22	147.37	52.68	1.76
ТТК-950	Напиток "Лимонный"	200	0.14	0.02	24.46	98.54	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"	1/36,25	2.03	0.4	15.7	74.49	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Полдник			8.68	12.56	22.68	238.48	0.06	0.00	2	0.00	242	182	28	0.2
	Йогурт	200	7	6.4	7	113.6	0.06	0.00	2	0.00	242	182	28	0.2
	Кекс для детск.питания	28	1.68	6.16	15.68	124.88	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Итого стоимость питания в день		245.87 руб.												
Итого			412.04	299.71	1,209.02	9,181.52	5.03	214.68	548.96	17.05	2,677.8	4,703.63	1,378.99	57.49

	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энерг. ценность ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
		Белк и	Жиры	Углево-лы		В1	А	С	Е	Ca	P	Mg	Fe
ИТОГО ЗА 5 дней		280.00	290.00	1245.00	8785.00	3.95	2.49	215.50	35.85	4095.00	4095.00	915.00	40.50
В среднем в день:		56.00	58.00	249.00	1,757.00	0.79	0.498	43.10	7.17	819.00	819.00	183.00	8.10

Примечание:

- 1) С 1 марта заменяется на салат из овощей урожая прошлого года, в которых овощи проходят термическую обработку или используются овощи нового урожая.
- 2) Допускается изменение массы порции блюд в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 приложение 9, таблица 1
- 3) Разрешается проводить замену блюд, согласно ассортимента продукции, реализуемой в пищеблоках образовательных организаций (согласно п.8.1.5. СанПиН 2.3/2.4.3590-20)
- 4) При включении в меню яйца вареного норма выхода должна составлять не менее 1шт яйца-40гр.

Зам. Ген. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам.начальника производственного отдела





Г.Н. Фазуллина

Г.Х.Шайдуллина

А. В. Каримова

Зав. Производством:

Мед. Работник: