

"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 09.10.2023г. по 14.10.2023 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, г	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценнос ть, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белк и	Жир ы	Углев олы		В1	А	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe
Пн, 09 октября 23			17.51	20.45	51.33	459.45	0.28	12.35	35.9	0.52	226.24	278.73	116.36	4.33
Завтрак			17.51	20.45	51.33	459.45	0.28	12.35	35.9	0.52	226.24	278.73	116.36	4.33
20/2010	Салат из белокочанной капусты	60	1.14	3.06	6.19	56.89	0.02	12.18	35.8	0.08	31.12	21.86	11.81	0.41
ттк №358н	Колбасные изд. отварные (сосиски) с овощ.(фас.стр)	75/15	9.24	12.32	0.31	149.07	0.05	0.02	0.00	0.15	172.72	113.3	16.66	0.16
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		64.19 руб.												
Вт, 10 октября 23			18	17.09	92.21	594.67	0.25	0.14	20.12	1.55	70.3	217.36	52.31	5.35
Завтрак			18	17.09	92.21	594.67	0.25	0.14	20.12	1.55	70.3	217.36	52.31	5.35
	Десерт фруктовый Яблоко	137	0.55	0.55	12.33	56.44	0.04	0.07	13.7	0.27	22.88	15.07	10.96	2.74
ттк№-201н	Котлеты "Любимые" с овощами (мекс.смесь)	75/15	9.31	11.88	9	180.23	0.07	0.03	6.39	0.21	15.41	127.35	20.87	1.21
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-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.												
Ср, 11 октября 23			23.47	14.21	63.97	477.58	0.32	0.4	12.39	0.88	56.98	358.29	89.53	4.56
Завтрак			23.47	14.21	63.97	477.58	0.32	0.4	12.39	0.88	56.98	358.29	89.53	4.56
14/10	Салат из св.помидоров	60	0.42	3.63	2.95	46.14	0.01	0.01	7.4	0.25	10.01	19.25	6.9	0.26
437/04	Гуляш	50/50	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	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	0.16	0.05	18.18	73.75	0.00	0.35	2.55	0.05	6.08	7.43	3.9	0.5
	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, 12 октября 23			37.54	21.54	100.34	745.35	0.26	6.44	17.39	0.77	364.25	445.75	69.64	5.29
Завтрак			37.54	21.54	100.34	745.35	0.26	6.44	17.39	0.77	364.25	445.75	69.64	5.29
	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 - 512н	Запеканка из творога "Ягодка" с повидлом	150/10	29.16	13.12	39.16	391.36	0.13	4.95	1.56	0.41	248.33	331.08	38.18	1.36
ттк№343н	Кофейный напиток полусладкий с печ.сах.в ассорт.	200/18	5.5	7.55	32.77	221	0.03	1.41	0.83	0.06	83.07	73.27	8.96	0.45
	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, 13 октября 23			30.23	9.89	62.96	461.8	0.32	125.1	33.35	1.04	92.52	341.44	158.84	4.51
Завтрак			30.23	9.89	62.96	461.8	0.32	125.1	33.35	1.04	92.52	341.44	158.84	4.51
62/11	Салат из моркови с сахаром	60	0.75	0.06	6.97	31.39	0.03	115.2	2.88	0.23	15.55	31.68	21.89	0.4
ТТК-53к	Мякоть птицы тушенная 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

686/04	Чай с лимоном	200/7	0.27	0.06	15.28	62.73	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.												
Сб, 14 октября 23			19.64	21.85	123.57	769.52	0.27	0.14	15.73	0.71	57.36	220.74	83.96	4.44
Завтрак			19.64	21.85	123.57	769.52	0.27	0.14	15.73	0.71	57.36	220.74	83.96	4.44
	Десерт фруктовый Яблоко	140	0.56	0.56	12.6	57.68	0.04	0.07	14	0.28	23.38	15.4	11.2	2.8
ТТК-491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая с маслом	2/40/10	10.85	15.09	15.88	242.72	0.00	0.05	1.73	0.00	2.4	3	0.05	0.02
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№356н	Компот "Фруктово-ягодный" ассорти с пряником	200/37	2.15	1.59	42.09	191.27	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.												
Итого			146.39	105.03	494.38	3,508.37	1.7	144.57	134.88	5.47	867.65	1,862.31	570.64	28.48

	Масса порции, г	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
		Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe
ИТОГО ЗА 6 дней		146.39	105.03	494.38	3,508.37	1.7	144.57	134.88	5.47	867.65	1,862.31	570.64	28.48
В среднем в день:		24.40	17.51	82.40	584.73	0.28	24.10	22.48	0.91	144.61	310.39	95.11	4.75

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам.начальника производственного отдела




Г.Н. Мартынова

Л. В. Леонтьева

А. В. Каримова

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"



__ Р.И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

(№ образовательной организации)

(ФИО руководителя)

(подпись)

Стоимость питания 77,34руб./день;

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			
				Белк и	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe
Пн. 09 октября 23			74.27	23.69	32.2	78.45	698.52	0.35	0.45	50.23	0.66	330.49	369.07	137.62	4.84
Завтрак			74.27	23.69	32.2	78.45	698.52	0.35	0.45	50.23	0.66	330.49	369.07	137.62	4.84
ттк-976	Салат из белокочанной капусты с кукурузой	100	19.92	2.67	6.07	15.61	127.79	0.04	0.24	50.14	0.1	66.12	50.66	13.12	0.72
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
510/04	Каша гречневая вязкая	180	7.33	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-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200	3.91	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

Вт, 10 октября 23				54.53	19.34	18	100.7	642.15	0.27	0.16	24.67	1.82	77.07	231.95	56.21	5.67
Завтрак				54.53	19.34	18	100.7	642.15	0.27	0.16	24.67	1.82	77.07	231.95	56.21	5.67
	Десерт фруктовый Яблоко	140	13.62	0.56	0.56	12.6	57.68	0.04	0.07	14	0.28	23.38	15.4	11.2	2.8	
ттк№-201н	Котлеты "Любимые" с овощами (мекс.смесь)	75/25	27.50	9.57	11.91	9.91	185.1	0.08	0.04	10.64	0.25	18.49	132.2	22.83	1.3	
516/04	Макаронные изделия отварные	180	7.69	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-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	3.35	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	
Ср, 11 октября 23				81.28	24.68	17.5	58.42	489.91	0.35	0.43	17.32	1.15	67.05	399.1	103.04	4.99
Завтрак				81.28	24.68	17.5	58.42	489.91	0.35	0.43	17.32	1.15	67.05	399.1	103.04	4.99
14/10	Салат из св.помидоров	100	8.02	0.71	6.04	4.92	76.89	0.01	0.02	12.33	0.42	16.69	32.08	11.5	0.43	
437/04	Гуляш	50/50	62.08	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	5.70	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	3.11	0.16	0.05	5.79	24.23	0.00	0.36	2.55	0.05	6.08	7.43	3.9	0.5	
	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, 12 октября 23				108.62	40.37	24.19	91.78	746.3	0.25	6.42	14.37	0.75	467.83	507.54	72.58	4.64
Завтрак				108.62	40.37	24.19	91.78	746.3	0.25	6.42	14.37	0.75	467.83	507.54	72.58	4.64
	Десерт фруктовый Яблоко	120	11.67	0.48	0.48	10.8	49.44	0.04	0.06	12	0.24	20.04	13.2	9.6	2.4	
7/10	Сыр голландск.(порц)	10	8.68	2.95	2.77	0.00	36.74	0.00	0.00	0.08	0.04	110	66	6.05	0.08	
ТТК - 512н	Запеканка из творога "Ягодка" со сгущ.молоком	150/50	75.10	29.16	13.12	33.3	367.93	0.13	4.95	1.46	0.41	246.92	330.17	37.47	1.23	
ттк№343н	Кофейный напиток полусладкий с печ.сах.в ассорт.	200/18	10.80	5.5	7.55	32.77	221	0.03	1.41	0.83	0.06	83.07	73.27	8.96	0.45	
	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, 13 октября 23				68.59	33.54	12.5	99.15	643.29	0.39	202.09	40.46	1.22	111.62	382.07	180.01	5.02
Завтрак				68.59	33.54	12.5	99.15	643.29	0.39	202.09	40.46	1.22	111.62	382.07	180.01	5.02
62/11	Салат из моркови с сахаром	100	7.01	1.25	0.1	11.61	52.31	0.06	192	4.8	0.38	25.92	52.8	36.48	0.67	
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	33.13	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	17.65	3.97	5.89	26.55	175.11	0.2	1.12	31.16	0.18	52.36	117.05	39.5	1.44	
686/04	Чай с лимоном с пряником в ассортименте	200/7/37	8.43	2.42	1.65	42.4	194.12	0.00	0.07	3.3	0.02	8.15	10.01	5.36	0.87	
	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, 14 октября 23				76.76	26.94	12.18	93.74	592.38	0.46	36.12	20.65	1.3	92.47	462.71	174.38	6.1
Завтрак				76.76	26.94	12.18	93.74	592.38	0.46	36.12	20.65	1.3	92.47	462.71	174.38	6.1
	Десерт фруктовый Яблоко	150	14.59	0.6	0.6	13.5	61.8	0.05	0.08	15	0.3	25.05	16.5	12	3	
ттк №241н	Минтай тушеный с овощами	75/50	42.68	19.5	6.1	4.65	151.52	0.14	36.01	5.65	0.49	31.08	208.38	77.23	1.25	
316/10	Рис припущенный	180	11.65	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-356н	Компот "Плодово-ягодный" ассорти	200	5.47	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	2.37	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				464.05	168.56	116.57	522.24	3,812.55	2.07	245.67	167.7	6.9	1,146.53	2,352.44	723.84	31.26

	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белк и	Жиры	Углево ды		В1	А	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe
ИТОГО ЗА 6 дней		464.05	168.56	116.57	522.24	3,812.55	2.07	245.67	167.7	6.9	1,146.53	2,352.44	723.84	31.26
В среднем в день:		77.34	28.09	19.43	87.04	635.43	0.35	40.95	27.95	1.15	191.09	392.07	120.64	5.21

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам.начальника производственного отдела




Г.Н. Мартынова

Л. В. Леонтьева

А. В. Каримова