

"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 16.10.2023г. по 21.10.2023 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. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Ca	P	Mg	Fe
Пн, 16 октября 23			18.36	20.56	85.08	598.89	0.2	0.24	33.95	0.71	82.86	329.96	78.21	4.06
Завтрак			18.36	20.56	85.08	598.89	0.2	0.24	33.95	0.71	82.86	329.96	78.21	4.06
ттк-976	Салат из белокачанной капусты с кукурузой	60	1.6	3.64	9.37	76.67	0.02	0.14	30.09	0.06	39.67	30.4	7.87	0.43
ттк№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (фасоль стр.)	75/15	11.16	12.43	9.3	193.75	0.09	0.01	0.56	0.28	12.62	158.68	24.72	1.68
510/04	Каша перловая вязкая	150	3.05	4.16	23.84	145.02	0.04	0.02	0.00	0.35	14.62	105.97	29.76	0.6
686/04	Чай с лимоном с мармеладом	200/7/16	0.27	0.06	27.66	112.26	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.												
Вт, 17 октября 23			13.86	14.49	87.71	536.65	0.24	4.8	18.64	0.52	299.87	282.86	68.19	4.49
Завтрак			13.86	14.49	87.71	536.65	0.24	4.8	18.64	0.52	299.87	282.86	68.19	4.49
	Десерт фруктовый Яблоко	157	0.63	0.63	14.13	64.68	0.05	0.08	15.7	0.31	26.22	17.27	12.56	3.14
ТТК-360н	Каша молочная мультислаковая (вязкая) с маслом	180/3	6.09	6.12	25.17	180.07	0.11	3.18	1.87	0.14	180.5	175.68	34.6	0.77
ТТК №839к	Напиток из цикория с молоком с печ. сах в ассорт.	200/18	4.86	7.47	33.5	220.71	0.03	1.54	1.07	0.07	85.35	65.01	10.53	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
Итого стоимость питания в день		64.19 руб.												
Ср, 18 октября 23			32	15.38	68.79	541.6	0.25	88.49	7.45	1.95	60.79	280.38	127.51	4.03
Завтрак			32	15.38	68.79	541.6	0.25	88.49	7.45	1.95	60.79	280.38	127.51	4.03
ттк-66	Салат " Солнышко"	60	0.58	6.1	7.87	88.73	0.03	79.21	3.7	0.19	13.56	23.67	16.42	0.62
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
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-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200	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"	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, 19 октября 23			16.57	17.54	87.41	573.79	0.29	0.96	39.11	0.9	253.87	264.5	79.19	5.07
Завтрак			16.57	17.54	87.41	573.79	0.29	0.96	39.11	0.9	253.87	264.5	79.19	5.07
	Десерт фруктовый Груша	135	1.35	0.00	33.75	140.4	0.03	0.00	6.75	0.54	25.65	21.6	16.2	3.11
ТТК-358н	Колбасные изд. отварные (сосиски) с овощ.(мекс.см)	75/15	9.63	12.36	1.66	156.39	0.05	0.03	6.39	0.21	176.79	120.46	19.57	0.28
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-356н	Компот "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, 20 октября 23			24.72	18.17	99.89	661.96	0.37	30.06	10.67	1.06	76.85	450.04	129.07	5.61
Завтрак			24.72	18.17	99.89	661.96	0.37	30.06	10.67	1.06	76.85	450.04	129.07	5.61
ТТК-294н	Огурец свежий порциями	60	0.49	0.06	1.53	8.63	0.02	0.01	6.12	0.06	14.08	25.7	8.57	0.37
ттк-№1021	Плов из говядины	50/200	19.6	16.2	51.27	429.26	0.3	30	4.45	1	50.02	391.19	105.6	3.94
ТТК-475	Чай полусладкий с пряником	200/37	2.35	1.64	32.18	152.88	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, 21 октября 23			18.26	27.96	76.23	629.51	0.25	0.1	12.98	0.88	82.63	281.26	66.79	5.59
Завтрак			18.26	27.96	76.23	629.51	0.25	0.1	12.98	0.88	82.63	281.26	66.79	5.59
	Десерт фруктовый Яблоко	114	0.46	0.46	10.26	46.97	0.03	0.06	11.4	0.23	19.04	12.54	9.12	2.28
392/11	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№258к	Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка	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.												
Итого			123.77	114.1	505.11	3,542.4	1.6	124.65	122.8	6.02	856.87	1,889	548.96	28.85

	Масса порции, г	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
		Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Са	Р	Мg	Fe
ИТОГО ЗА 6 дней		123.77	114.1	505.11	3,542.4	1.6	124.65	122.8	6.02	856.87	1,889	548.96	28.85
В среднем в день:		20.63	19.02	84.19	590.40	0.27	20.78	20.47	1.00	142.81	314.83	91.49	4.81

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам.начальника производственного отдела





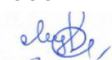
Г.Н. Мартынова

Л. В. Леонтьева

А. В. Каримова

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

 __ Р.И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

(№ образовательной организации)

(ФИО руководителя)

(подпись)

Примерное недельное меню рационов питания учащихся 5-11 классов в образовательных организациях г.Набережные Челок **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	Жир ы	Углево ды		В1	А	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe
Пн. 16 октября 23			69.56	20.04	23.83	83.71	629.5	0.23	0.35	54	0.83	112.42	371.45	89.42	4.47
Завтрак			69.56	20.04	23.83	83.71	629.5	0.23	0.35	54	0.83	112.42	371.45	89.42	4.47
ттк-976	Салат из белокочанной капусты с кукурузой	100	19.95	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№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (фасоль стр.)	75/25	37.82	11.16	12.44	9.3	193.76	0.09	0.01	0.56	0.28	12.81	158.72	24.73	1.68
510/04	Каша перловая вязкая	180	5.70	3.66	4.99	28.61	174.03	0.05	0.03	0.00	0.43	17.54	127.16	35.71	0.72
686/04	Чай с лимоном	200/7	3.72	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	2.37	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. 17 октября 23			87.08	27	36.22	64.4	691.59	0.25	3.78	16.31	1.33	278.67	454.54	59.27	7.41
Завтрак			87.08	27	36.22	64.4	691.59	0.25	3.78	16.31	1.33	278.67	454.54	59.27	7.41
	Десерт фруктовый Яблоко	145	14.11	0.58	0.58	13.05	59.74	0.04	0.07	14.5	0.29	24.22	15.95	11.6	2.9

340/04	Омлет натуральный с маслом	200/5	58.57	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 печ. сах в ассорт.	200/18	12.03	4.86	7.47	33.5	220.71	0.03	1.54	1.07	0.07	85.35	65.01	10.53	0.1
	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. 18 октября 23			55.38	33.46	20.32	81.35	642.13	0.28	141.3	9.91	2.3	73.02	305.57	140.16	4.61
Завтрак			55.38	33.46	20.32	81.35	642.13	0.28	141.3	9.91	2.3	73.02	305.57	140.16	4.61
ттк-66	Салат " Солнышко"	100	9.16	0.97	10.17	13.12	147.89	0.05	132.01	6.16	0.32	22.6	39.45	27.37	1.03
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	33.10	23.62	4.59	3.68	150.56	0.08	8.9	1.2	0.64	17.39	177.31	88.17	1.56
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-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200	3.06	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. 19 октября 23			88.41	19.94	24.81	89.38	660.65	0.34	1.15	37.66	0.91	315.89	315.06	87.86	5.12
Завтрак			88.41	19.94	24.81	89.38	660.65	0.34	1.15	37.66	0.91	315.89	315.06	87.86	5.12
	Десерт фруктовый Груша	130	24.20	1.3	0.00	32.5	135.2	0.03	0.00	6.5	0.52	24.7	20.8	15.6	2.99
ттк № 184н	Колбасные изделия отварные (сосиски) с маслом	100/3	39.32	12.39	18.65	0.45	219.27	0.06	0.03	0.00	0.21	231.03	152.31	22.26	0.21
520/04	Пюре картофельное	180	17.21	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-356н	Компот "Фруктово-ягодный" ассорти	200	5.31	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
Пт. 20 октября 23			86.26	22.9	16.62	86.17	585.85	0.38	30.06	14.75	1.1	86.23	467.18	134.78	5.85
Завтрак			86.26	22.9	16.62	86.17	585.85	0.38	30.06	14.75	1.1	86.23	467.18	134.78	5.85
ТТК-294н	Огурец свежий порциями	100	7.91	0.82	0.1	2.55	14.38	0.03	0.01	10.2	0.1	23.46	42.84	14.28	0.61
ттк-№1021	Плов из говядины	50/200	72.07	19.6	16.2	51.27	429.26	0.3	30	4.45	1	50.02	391.19	105.6	3.94
ТТК-475	Чай полусладкий с мармеладом	200/16	3.91	0.2	0.05	17.44	71.02	0.00	0.05	0.1	0.00	4.95	8.25	4.4	0.82
	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. 21 октября 23			77.27	21.81	33.3	110.58	829.33	0.31	0.12	15.44	0.91	95.48	325.36	73.35	6.54
Завтрак			77.27	21.81	33.3	110.58	829.33	0.31	0.12	15.44	0.91	95.48	325.36	73.35	6.54
	Десерт фруктовый Яблоко	137	13.33	0.55	0.55	12.33	56.44	0.04	0.07	13.7	0.27	22.88	15.07	10.96	2.74
392/11	Пельмени мясные отварные с маслом	200/5	53.14	16.7	31.37	35.22	490.05	0.19	0.02	1.59	0.00	53.22	259.57	47.09	2.69
ТТК№258к	Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка с пряником	200/37	8.43	2.28	1.11	48.12	211.65	0.03	0.03	0.15	0.64	11.58	25.82	4.8	0.63
	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			463.96	145.15	155.1	515.59	4,039.05	1.79	176.76	148.07	7.38	961.71	2,239.16	584.84	34

	Масса порции, г	Цена, руб.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Ca	P	Mg	Fe
ИТОГО ЗА 6 дней		463.96	145.15	155.1	515.59	4,039.05	1.79	176.76	148.07	7.38	961.71	2,239.16	584.84	34
В среднем в день:		77.33	24.19	25.85	85.93	673.18	0.30	29.46	24.68	1.23	160.29	373.19	97.47	5.67

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам.начальника производственного отдела

Мартынов
Леонтьева
Каримова

Г.Н. Мартынова

Л. В. Леонтьева

А. В. Каримова