

"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 23.10.2023г. по 27.10.2023 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		B1	A	C	E	Ca	P	Mg	Fe
Пн, 23 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, 24 октября 23			32.67	22.84	92.48	706.21	0.82	0.12	18.17	1.85	119.61	361.29	113.77	9.29
Завтрак			32.67	22.84	92.48	706.21	0.82	0.12	18.17	1.85	119.61	361.29	113.77	9.29
	Десерт фруктовый Яблоко	112	0.45	0.45	10.08	46.14	0.03	0.06	11.2	0.22	18.7	12.32	8.96	2.24
ТТК-490н	Котлеты "Челнинские" с овощами (мекс.смесь)	75/15	12.48	17.12	10.65	246.64	0.08	0.02	6.94	0.38	17.08	153.19	28.08	1.36
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	150	16.96	4.98	37.41	262.32	0.66	0.02	0.00	1.25	67.78	167.91	64.77	5.16
ТТК-257н	Напиток "Флодово-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, 25 октября 23			22.18	14.75	60.24	462.46	0.33	1.31	36.77	0.37	87.03	321.05	79.13	4.6
Завтрак			22.18	14.75	60.24	462.46	0.33	1.31	36.77	0.37	87.03	321.05	79.13	4.6
13/10	Салат из св.огурцов	60	0.47	3.65	1.45	40.57	0.02	0.01	5.81	0.06	13.37	24.42	8.14	0.35
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
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№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, 26 октября 23			37.35	21.35	96.11	725.99	0.24	6.41	12.69	0.68	356.4	440.58	65.88	4.35
Завтрак			37.35	21.35	96.11	725.99	0.24	6.41	12.69	0.68	356.4	440.58	65.88	4.35
	Десерт фруктовый Яблоко	103	0.41	0.41	9.27	42.44	0.03	0.05	10.3	0.21	17.2	11.33	8.24	2.06
ТТК - 521н	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, 27 октября 23			31.91	12.98	64.62	502.94	0.3	9.64	11.77	1.2	77.19	383.44	164.59	5.18
Завтрак			31.91	12.98	64.62	502.94	0.3	9.64	11.77	1.2	77.19	383.44	164.59	5.18
52/11	Салат из отварной свеклы	60	1.09	3.67	6.4	62.98	0.01	0.65	7.27	0.07	26.91	31.27	16	1.02
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 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

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.												
Итого			141.62	92.37	364.78	2,857.05	1.97	29.83	115.3	4.62	866.47	1,785.09	539.73	27.75

	Масса порции, г	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
		Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Са	Р	Mg	Fe
ИТОГО ЗА 5 дней		141.62	92.37	364.78	2,857.05	1.97	29.83	115.3	4.62	866.47	1,785.09	539.73	27.75
В среднем в день:		28.32	18.47	72.96	571.41	0.39	5.97	23.06	0.92	173.29	357.02	107.95	5.55

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам.начальника производственного отдела

Г.Н. Мартынова

Г.Х.Шайдуллина

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 Челны
Категория питания: завтраки старшие

Стоимость питания 77,34руб./день;
2 группа

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценнос-ть, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Белк и	Жир ы	Углево ды		В1	А	С	Е	Са	Р	Mg	Fe
Пн, 23 октября 23			57.03	22.42	29.76	61.26	602.7	0.36	20.53	84.02	0.84	303.91	354.24	144.7	5.22
Завтрак			57.03	22.42	29.76	61.26	602.7	0.36	20.53	84.02	0.84	303.91	354.24	144.7	5.22
ТТК - 648	Салат из белокочанной капусты со сладким перцем	100	6.90	1.98	5.09	11.01	97.77	0.06	20.33	83.92	0.28	48.55	36.27	19.95	0.76
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
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-475	Чай полусладкий	200	1.11	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	2.37	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, 24 октября 23			72.85	37.19	23.42	123.79	854.69	0.95	0.09	17.83	2.45	142.61	408.52	135.57	11.21
Завтрак			72.85	37.19	23.42	123.79	854.69	0.95	0.09	17.83	2.45	142.61	408.52	135.57	11.21
	Десерт фруктовый Груша	132	24.57	1.32	0.00	33	137.28	0.03	0.00	6.6	0.53	25.08	21.12	15.84	3.04
ТТК-490н	Котлеты "Челнинские" с овощами (мекс.смесь)	75/25	34.96	12.74	17.15	11.56	251.52	0.08	0.04	11.2	0.42	20.15	158.04	30.04	1.44
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	180	7.60	20.35	5.98	44.89	314.78	0.79	0.03	0.00	1.5	81.33	201.49	77.73	6.2
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-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, 25 октября 23			97.87	23.15	18.17	65.64	518.68	0.38	1.5	45.84	0.44	104.68	356.84	91.14	5.07

Завтрак			97.87	23.15	18.17	65.64	518.68	0.38	1.5	45.84	0.44	104.68	356.84	91.14	5.07
13/10	Салат из св.огурцов	100	9.81	0.78	6.09	2.42	67.61	0.03	0.01	9.69	0.1	22.29	40.7	13.57	0.58
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
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
тتك№253н	Чай "Витаминный"полусл. с мармеладом	200/16	5.96	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	2.37	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. 26 октября 23			112.47	38.24	20.94	113.48	795.32	0.24	6.36	8.79	0.99	362.49	449.14	72.53	5.15
Завтрак			112.47	38.24	20.94	113.48	795.32	0.24	6.36	8.79	0.99	362.49	449.14	72.53	5.15
	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 - 521н	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
тتك№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. 27 октября 23			46.49	33.49	16.3	63.54	534.8	0.34	10.07	13.42	1.33	95.31	430.51	183.2	6.07
Завтрак			46.49	33.49	16.3	63.54	534.8	0.34	10.07	13.42	1.33	95.31	430.51	183.2	6.07
52/11	Салат из отварной свеклы	100	4.18	1.82	6.12	10.67	104.97	0.02	1.09	12.12	0.12	44.84	52.12	26.66	1.7
ТТК-53к	Мякоть птицы тушенная 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
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-475	Чай полусладкий	200	1.11	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	2.37	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			386.71	154.49	108.59	427.71	3,306.19	2.27	38.55	169.9	6.05	1,009	1,999.25	627.14	32.72

	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценнос ть ккап	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белк и	Жир ы	Углево ды		В1	А	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe
ИТОГО ЗА 5 дней		386.71	154.49	108.59	427.71	3,306.19	2.27	38.55	169.9	6.05	1,009	1,999.25	627.14	32.72
В среднем в день:		77.34	30.90	21.72	85.54	661.24	0.45	7.71	33.98	1.21	201.80	399.85	125.43	6.54

Зам. директора по производству и качеству

Мария

Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам

Г.Х.Шайдуллина

Г.Х.Шайдуллина

Зам.начальника производственного отдела

Каримов

А. В. Каримова