

"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 25.05.2026г. по 26.05.2026 г.**  
1гр.3,5,9,10,57 2гр.4,6,69 3гр.38,36ф,59 4гр.43,79,49,55,24 5 гр.17,60,45 6 гр.42,42л,75 7гр.54,53,16 8гр.23,40,61  
9гр.15,19,77 0гр.50,11,88 31гр.44,56,21 32гр.27,28,29,68

**Стоимость питания  
77,76руб./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   |
| <b>Пн, 25 мая 26</b>                  |   |                 | 18.62                | 22    | 76.12    | 577.02               | 0.25         | 0.1  | 12.84 | 1.08 | 92.97                    | 297.32 | 61.36  | 4.74 |
| <b>Завтрак</b>                        |   |                 | 18.62                | 22    | 76.12    | 577.02               | 0.25         | 0.1  | 12.84 | 1.08 | 92.97                    | 297.32 | 61.36  | 4.74 |
| 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    |
| ТТК-44н                               | Котлеты "Челнинские" с овощами (кукур.зам.) | 75/15           | 12.16                | 17.08 | 11.68    | 249.17               | 0.08         | 0.01 | 2.81  | 0.4  | 32.06                    | 146.03 | 25.18  | 1.61 |
| 510/04                                | Каша ячневая вязкая                         | 150             | 3.28                 | 4.23  | 21.1     | 135.54               | 0.09         | 0.02 | 0.00  | 0.48 | 28.16                    | 112.42 | 16.22  | 0.6  |
| 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"                            | 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 |
| <b>Итого стоимость питания в день</b> |   | 77.76 руб.      |                      |       |          |                      |              |      |       |      |                          |        |        |      |
| <b>Вт, 26 мая 26</b>                  |   |                 | 16.12                | 16.84 | 87.21    | 564.85               | 0.26         | 6.29 | 48.08 | 1.89 | 84.33                    | 205.27 | 59.02  | 3.63 |
| <b>Завтрак</b>                        |   |                 | 16.12                | 16.84 | 87.21    | 564.85               | 0.26         | 6.29 | 48.08 | 1.89 | 84.33                    | 205.27 | 59.02  | 3.63 |
| 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 |
| ТТК №550н                             | Митболы из говядины в соусе томатном        | 2/30/50         | 6.43                 | 8.48  | 11.75    | 149.03               | 0.09         | 6.01 | 2.99  | 0.74 | 7.4                      | 102.58 | 23.6   | 1.33 |
| 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-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 |
|                                       | Хлеб "Рябиனுшка"                            | 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 |
| <b>Итого стоимость питания в день</b> |   | 77.76 руб.      |                      |       |          |                      |              |      |       |      |                          |        |        |      |
| <b>Итого</b>                          |   |                 | 34.74                | 38.84 | 163.33   | 1,141.87             | 0.51         | 6.39 | 60.92 | 2.97 | 177.3                    | 502.59 | 120.38 | 8.37 |

|                          | 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   |
| <b>ИТОГО ЗА 2 дней</b>   |                 | 34.74                | 38.84 | 163.33   | 1,141.87             | 0.51         | 6.39 | 60.92 | 2.97 | 177.3                    | 502.59 | 120.38 | 8.37 |
| <b>В среднем в день:</b> |                 | 17.37                | 19.42 | 81.67    | 570.94               | 0.26         | 3.20 | 30.46 | 1.49 | 88.65                    | 251.30 | 60.19  | 4.19 |

Зам. Ген.директора по производству и качеству

 Г. Н. Фазуллина

Экономист по ценам

 Г.Х.Шайдуллина

Зам.начальника производственного отдела

 А. В. Каримова

"УТВЕРЖДАЮ"  
Генеральный директор

"СОГЛАСОВАНО"

ООО "Школьное питание"

\_\_\_\_\_  
(№ образовательной организации)

 \_ Р.И. Мусина

\_\_\_\_\_  
(ФИО руководителя)

\_\_\_\_\_  
(подпись)

**Примерное недельное меню рационов питания учащихся 5-11 классов в образовательных организациях**

**Стоимость питания**

Категория питания: завтраки старшие

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    | Са                       | Р      | Mg    | Fe   |
| <b>Пн, 25 мая 26</b>                  |   |                 | 19.33                | 22.85 | 81.94    | 610.69               | 0.27         | 0.11 | 14.34 | 1.23 | 111.68                   | 319.87 | 64.62 | 5.11 |
| <b>Завтрак</b>                        |   |                 | 19.33                | 22.85 | 81.94    | 610.69               | 0.27         | 0.11 | 14.34 | 1.23 | 111.68                   | 319.87 | 64.62 | 5.11 |
| 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    |
| ТТК-44н                               | Котлеты "Челнинские" с овощами (кукур.зам.) | 75/25           | 12.22                | 17.09 | 13.28    | 255.73               | 0.08         | 0.01 | 4.31  | 0.45 | 45.13                    | 146.1  | 25.2  | 1.86 |
| 510/04                                | Каша ячневая вязкая                         | 180             | 3.93                 | 5.07  | 25.32    | 162.65               | 0.11         | 0.03 | 0.00  | 0.58 | 33.8                     | 134.9  | 19.46 | 0.72 |
| 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"                            | 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 |
| <b>Итого стоимость питания в день</b> |   | 92.24 руб.      |                      |       |          |                      |              |      |       |      |                          |        |       |      |
| <b>Вт, 26 мая 26</b>                  |   |                 | 18.08                | 19.88 | 98.85    | 646.56               | 0.29         | 6.44 | 78.08 | 2.15 | 112.78                   | 230.17 | 68.8  | 4.11 |
| <b>Завтрак</b>                        |   |                 | 18.08                | 19.88 | 98.85    | 646.56               | 0.29         | 6.44 | 78.08 | 2.15 | 112.78                   | 230.17 | 68.8  | 4.11 |




|                                       |                                      |            |       |       |        |          |      |      |       |      |        |        |        |      |
|---------------------------------------|--------------------------------------|------------|-------|-------|--------|----------|------|------|-------|------|--------|--------|--------|------|
| ТТК-513н                              | Салат " Свежесть "                   | 100        | 2.25  | 5.12  | 10.87  | 98.54    | 0.04 | 0.38 | 75    | 0.13 | 61.84  | 39.13  | 20.11  | 0.76 |
| ТТК №550н                             | Митболы из говядины в соусе томатном | 2/30/50    | 6.43  | 8.48  | 11.75  | 149.03   | 0.09 | 6.01 | 2.99  | 0.74 | 7.4    | 102.58 | 23.6   | 1.33 |
| ТТК - 181а                            | Макароны отварные                    | 180        | 6.36  | 5.95  | 43.7   | 253.74   | 0.1  | 0.00 | 0.00  | 1.28 | 22.26  | 55.47  | 10.45  | 1.07 |
| 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 |
|                                       | Хлеб "Рябиனுшка"                     | 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 |
| <b>Итого стоимость питания в день</b> |                                      | 92.24 руб. |       |       |        |          |      |      |       |      |        |        |        |      |
| <b>Итого</b>                          |                                      |            | 37.41 | 42.73 | 180.79 | 1,257.25 | 0.56 | 6.55 | 92.42 | 3.38 | 224.46 | 550.04 | 133.42 | 9.22 |

|                          | 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   |
| <b>ИТОГО ЗА 2 дней</b>   |                 | 37.41                | 42.73 | 180.79   | 1,257.25             | 0.56         | 6.55 | 92.42 | 3.38 | 224.46                   | 550.04 | 133.42 | 9.22 |
| <b>В среднем в день:</b> |                 | 18.71                | 21.37 | 90.40    | 628.63               | 0.28         | 3.28 | 46.21 | 1.69 | 112.23                   | 275.02 | 66.71  | 4.61 |

Зам. Ген.директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам.начальника производственного отдела

 Г. Н. Фазуллина  
 Г.Х.Шайдуллина  
 А. В. Каримова