

"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 01.04.2024г. по 06.04.2024 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

66,76руб./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
Пн, 01 апреля 24			17.64	21.1	61.05	504.63	0.27	0.19	23.3	0.53	230.32	279.3	116.18	4.37
Завтрак			17.64	21.1	61.05	504.63	0.27	0.19	23.3	0.53	230.32	279.3	116.18	4.37
ТТК-357н	Салат "Капуста квашеная" (б/лука)	60	1.2	3.7	5.69	60.84	0.01	0.00	20	0.07	32	20.67	10.67	0.4
тнк №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
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		66.76 руб.												
Вт, 02 апреля 24			23.31	27.5	89.25	697.73	0.29	1.51	15.39	1.74	154.13	320.16	78.47	5.69
Завтрак			23.31	27.5	89.25	697.73	0.29	1.51	15.39	1.74	154.13	320.16	78.47	5.69
ТТК-495н	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-490н	Котлеты "Челнинские" с овощами (кукур.конс.)	75/15	12.09	17.08	9.3	239.32	0.07	0.01	0.56	0.33	13.01	146.03	25.18	1.23
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-343н	Кофейный напиток полусладкий	200	3.02	5.22	15.9	122.65	0.04	1.41	0.83	0.06	93.98	86.76	23.07	0.31
	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		66.76 руб.												
Ср, 03 апреля 24			13.33	22.13	74.4	550	0.29	6.88	13.25	2.01	68.1	243.38	90.91	4.24
Завтрак			13.33	22.13	74.4	550	0.29	6.88	13.25	2.01	68.1	243.38	90.91	4.24
35/2010	Салат из свеклы с яблоком	60	0.89	3.12	8.21	64.49	0.02	0.5	7.24	0.09	23.19	25.46	13.45	1.12
ТТК-652к	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	5.35	14.3	8.75	185.09	0.06	6.01	3.46	1.4	14.09	45.64	18.5	0.89
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
тнк№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		66.76 руб.												
Чт, 04 апреля 24			36.02	16.65	102.72	704.8	0.24	5	91.56	0.74	310.66	397.82	71.87	2.98
Завтрак			36.02	16.65	102.72	704.8	0.24	5	91.56	0.74	310.66	397.82	71.87	2.98
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	150	1.35	0.00	12.6	55.8	0.06	0.00	90	0.33	51	34.5	19.5	0.45
ТТК - 512н	Запеканка из творога "Ягодка" со сгущ.молоком	150/20	30.16	14.82	44.5	432.03	0.13	4.95	1.46	0.41	246.91	330.17	37.47	1.23
ТТК-475	Чай полусладкий с пряником	200/35	2.23	1.56	30.71	145.78	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		66.76 руб.												
Пт, 05 апреля 24			31.08	9.78	57.77	443.47	0.3	9.85	30.7	0.86	85.7	313.34	138.4	4.06
Завтрак			31.08	9.78	57.77	443.47	0.3	9.85	30.7	0.86	85.7	313.34	138.4	4.06

ТТК-81н	Огурец соленый порц	60		1.86	0.00	0.4	9.06	0.01	0.00	3.33	0.07	16.65	13.32	6.66	0.8
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
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		0.01	0.01	16.66	66.73	0.00	0.02	0.2	0.00	0.23	0.27	0.15	0.02
	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		66.76 руб.													
Сб. 06 апреля 24				22.01	18.25	119.57	730.61	0.31	0.03	90.24	0.75	92.21	248.98	95.63	2.25
Завтрак				22.01	18.25	119.57	730.61	0.31	0.03	90.24	0.75	92.21	248.98	95.63	2.25
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	145		1.31	0.00	12.18	53.94	0.06	0.00	87	0.32	49.3	33.35	18.85	0.44
ТТК 491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ.(зелён.гор)	2/40/10		11.43	7.89	17.68	187.47	0.02	0.00	3.21	0.00	3.08	10.32	2.62	0.15
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-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофр. с печ. сахарн	200/18		3.19	5.75	36.71	211.35	0.00	0.01	0.03	0.00	8.25	2.97	1.45	0.04
	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		66.76 руб.													
Итого				143.39	115.41	504.76	3,631.24	1.7	23.46	264.44	6.63	941.12	1,802.98	591.46	23.59

	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
ИТОГО ЗА 6 дней			143.39	115.41	504.76	3,631.24	1.7	23.46	264.44	6.63	941.12	1,802.98	591.46	23.59
В среднем в день:			23.90	19.24	84.13	605.21	0.28	3.91	44.07	1.11	156.85	300.50	98.58	3.93

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам.начальника производственного отдела

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

 Р.И. Мусина

Г.Н. Мартынова

Г.Х.Шайдуллина

А. В. Каримова

"СОГЛАСОВАНО"

(№ образовательной организации)

(ФИО руководителя)

(подпись)

Примерное недельное меню рационов питания учащихся 5-11 классов в образовательных организациях г.Набережные Челны

Стоимость питания 80,48руб
2 группа

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г.		Цена, руб.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг		
					Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Са	Р	Mg
Пн. 01 апреля 24				69.03	22.53	32.29	69.99	660.8	0.32	0.23	36.63	0.69	312.37	354.77	143.5

Завтрак			69.03	22.53	32.29	69.99	660.8	0.32	0.23	36.63	0.69	312.37	354.77	143.5
ТТК-357н	Салат "Капуста квашеная" (б/лука)	100	11.81	2	6.16	9.49	101.4	0.02	0.00	33.33	0.11	53.33	34.44	17.78
тتك № 1н	Колбасные изделия отварные (сосиски) с маслом	100/5	43.73	12.41	20.1	0.48	232.51	0.06	0.04	0.00	0.21	231.51	152.91	22.27
510/04	Каша гречневая вязкая	180	7.30	5.57	5.7	29.83	192.97	0.19	0.12	0.00	0.35	11.58	132.51	87.59
686/04	Чай с лимоном	200/7	3.70	0.27	0.06	15.28	62.73	0.00	0.07	3.3	0.02	8.15	10.01	5.36
	Хлеб "Рябинушка"	30	2.49	2.28	0.27	14.91	71.19	0.05	0.00	0.00	0.00	7.8	24.9	10.5
Вт, 02 апреля 24			71.95	24.38	28.38	96.56	739.11	0.3	1.52	15.39	1.96	157.69	329.64	80.19
Завтрак			71.95	24.38	28.38	96.56	739.11	0.3	1.52	15.39	1.96	157.69	329.64	80.19
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	140	13.52	0.56	0.56	12.6	57.68	0.04	0.07	14	0.28	23.38	15.4	11.2
ТТК-490н	Котлеты "Челнинские" с овощами (кукур.конс.)	75/25	39.62	12.09	17.09	9.3	239.33	0.07	0.01	0.56	0.33	13.38	146.1	25.2
516/04	Макаронные изделия отварные	180	8.15	6.43	5.24	43.85	248.26	0.1	0.03	0.00	1.29	19.15	56.48	10.22
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	200	8.17	3.02	5.22	15.9	122.65	0.04	1.41	0.83	0.06	93.98	86.76	23.07
	Хлеб "Рябинушка"	30	2.49	2.28	0.27	14.91	71.19	0.05	0.00	0.00	0.00	7.8	24.9	10.5
Ср, 03 апреля 24			97.44	30.05	20.72	75.59	609	0.37	1.39	16.13	0.91	259.81	514.16	125.08
Завтрак			97.44	30.05	20.72	75.59	609	0.37	1.39	16.13	0.91	259.81	514.16	125.08
31/10	Салат из свеклы с сыром	100	19.34	6.08	9.26	9.7	146.46	0.03	0.99	11.14	0.18	209.45	147.14	33.54
437/04	Гуляш	50/50	63.41	15.96	5.87	3.58	131.02	0.1	0.02	2.44	0.11	16.15	166.76	23.67
510/04	Каша пшеничная вязкая	180	6.16	5.57	5.27	29.22	186.58	0.19	0.03	0.00	0.57	20.33	167.93	53.47
тتك№253н	Чай "Витаминный"полусл. с мармеладом	200/16	6.04	0.16	0.05	18.18	73.75	0.00	0.35	2.55	0.05	6.08	7.43	3.9
	Хлеб "Рябинушка"	30	2.49	2.28	0.27	14.91	71.19	0.05	0.00	0.00	0.00	7.8	24.9	10.5
Чт, 04 апреля 24			101.02	34.23	15.51	91.52	642.58	0.22	5.07	15.56	0.69	283.05	378.72	63.57
Завтрак			101.02	34.23	15.51	91.52	642.58	0.22	5.07	15.56	0.69	283.05	378.72	63.57
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	140	13.52	0.56	0.56	12.6	57.68	0.04	0.07	14	0.28	23.38	15.4	11.2
ТТК - 521н	Запеканка из творога "Ягодка" со сгущ.молоком	150/50	79.20	29.16	13.12	33.3	367.93	0.13	4.95	1.46	0.41	246.92	330.17	37.47
ТТК-475	Чай полусладкий с пряником	200/35	5.81	2.23	1.56	30.71	145.78	0.00	0.05	0.1	0.00	4.95	8.25	4.4
	Хлеб "Рябинушка"	30	2.49	2.28	0.27	14.91	71.19	0.05	0.00	0.00	0.00	7.8	24.9	10.5
Пт, 05 апреля 24			78.04	32.99	10.76	62.47	478.69	0.35	10.04	38.11	0.93	105.53	341.73	149.42
Завтрак			78.04	32.99	10.76	62.47	478.69	0.35	10.04	38.11	0.93	105.53	341.73	149.42
ТТК-81н	Огурец соленый порц	100	14.09	3.11	0.00	0.67	15.1	0.02	0.00	5.55	0.11	27.75	22.2	11.1
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	35.69	23.62	4.59	3.68	150.56	0.08	8.9	1.2	0.64	17.39	177.31	88.17
520/04	Пюре картофельное	180	19.78	3.97	5.89	26.55	175.11	0.2	1.12	31.16	0.18	52.36	117.05	39.5
ТТК-356н	Компот "Флодово-ягодный" ассорти	200	5.99	0.01	0.01	16.66	66.73	0.00	0.02	0.2	0.00	0.23	0.27	0.15
	Хлеб "Рябинушка"	30	2.49	2.28	0.27	14.91	71.19	0.05	0.00	0.00	0.00	7.8	24.9	10.5
Сб, 06 апреля 24			67.47	23.77	17.53	114.58	711.22	0.41	36.12	18.96	1.16	91.89	400.96	152.36
Завтрак			67.47	23.77	17.53	114.58	711.22	0.41	36.12	18.96	1.16	91.89	400.96	152.36
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	140	13.52	0.56	0.56	12.6	57.68	0.04	0.07	14	0.28	23.38	15.4	11.2
тتك №241н	Минтай тушеный с овощами	50/50	33.88	13.18	5.74	4.65	123.01	0.1	36.01	4.93	0.37	23.92	144.76	54.56
316/10	Рис припущенный	180	12.11	4.56	5.21	45.71	247.99	0.22	0.03	0.00	0.51	28.54	212.93	74.65
ТТК-257н	Напиток "Флодово-ягодный" из сухофр. с печ. сахарн	200/18	5.47	3.19	5.75	36.71	211.35	0.00	0.01	0.03	0.00	8.25	2.97	1.45
	Хлеб "Рябинушка"	30	2.49	2.28	0.27	14.91	71.19	0.05	0.00	0.00	0.00	7.8	24.9	10.5
Итого			484.95	167.95	125.19	510.71	3,841.4	1.97	54.37	140.78	6.34	1,210.34	2,319.98	714.12

	Масса порции, г.		Цена, руб.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг		
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Са	Р	Мг
ИТОГО ЗА 6 дней			484.95	167.95	125.19	510.71	3,841.4	1.97	54.37	140.78	6.34	1,210.34	2,319.98	714.12

В среднем в день:			80.83	27.99	20.87	85.12	640.23	0.33	9.06	23.46	1.06	201.72	386.66	119.02
--------------------------	--	--	-------	-------	-------	-------	--------	------	------	-------	------	--------	--------	--------

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам.начальника производственного отдела


Г.Н. Мартынова


Г.Х.Шайдуллина


А. В. Каримова

г/б./день;

ства, мг

Fe

5.19

5.19
0.67
0.22
2.95
0.87
0.48
5.86
5.86
2.8
1.23
1.04
0.31
0.48
6.25
6.25
1.69
2.07
1.51
0.5
0.48
5.33
5.33
2.8
1.23
0.82
0.48
4.83
4.83
1.33
1.56
1.44
0.02
0.48
5.62
5.62
2.8
0.93
1.37
0.04
0.48
33.08

сгта, мг
Fe
33.08

