

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"



Р.И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

(№ образовательной организации)

(ФИО руководителя)

(подпись)

**Стоимость питания
64,19руб./день;**

Примерное недельное меню рационов питания учащихся 1-4 классов в образовательных организациях г. Набережные Челны с 04.12.2023г. по 09.12.2023 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

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, 04 декабря 23			19.42	20.52	69.46	540.2	0.31	0.18	20.66	0.66	66	324.23	123.05	5.86
Завтрак			19.42	20.52	69.46	540.2	0.31	0.18	20.66	0.66	66	324.23	123.05	5.86
ттк№357н	Салат "Капуста квашеная"	60	1.06	3.01	5.11	51.73	0.01	0.00	16.8	0.07	27.78	20.22	9.48	0.37
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 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		64.19 руб.												
Вт, 05 декабря 23			14.89	15.34	84.06	533.86	0.23	5.44	13.97	0.47	328.9	315.56	76.24	3.95
Завтрак			14.89	15.34	84.06	533.86	0.23	5.44	13.97	0.47	328.9	315.56	76.24	3.95
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	108	0.43	0.43	9.72	44.5	0.03	0.05	10.8	0.22	18.04	11.88	8.64	2.16
ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (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 №198н	Какао с молоком полусладкое с печ.сахарн.	200/18	6.09	8.52	34.26	238.1	0.04	2.21	1.3	0.11	122.56	103.1	22.5	0.54
	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, 06 декабря 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 (красная смород)	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, 07 декабря 23			16.98	17.58	60.73	469.05	0.33	0.95	103.19	0.58	270.72	279.86	80.23	2.44
Завтрак			16.98	17.58	60.73	469.05	0.33	0.95	103.19	0.58	270.72	279.86	80.23	2.44
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	125	1.13	0.00	10.5	46.5	0.05	0.00	75	0.28	42.5	28.75	16.25	0.38
ТТК-358н	Колбасные изд. отварные (сосиски) с	75/15	10.26	12.4	3.22	165.51	0.07	0.02	2.22	0.15	176.79	128.67	20.56	0.38
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-519н	Напиток "Осенний"	200	0.00	0.00	9.98	39.92	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, 08 декабря 23			23.36	22.57	106.32	721.85	0.37	49.51	25.6	1.09	92.98	450.89	133.34	5.89
Завтрак			23.36	22.57	106.32	721.85	0.37	49.51	25.6	1.09	92.98	450.89	133.34	5.89

ТТК-130	Салат "Метелка"	60		0.96	6.05	3.76	73.35	0.02	19.46	21.05	0.09	26.61	23.35	12.84	0.53
тнк-№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 зефиром	200/40		0.52	0.05	36.38	148.05	0.00	0.05	0.1	0.00	8.55	11.45	4.4	0.94
	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, 09 декабря 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
ТТК-495н	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 "Плодово-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				124.91	119.35	465.59	3,436.07	1.74	144.67	183.85	5.63	902.02	1,932.18	607.16	27.76

	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			124.91	119.35	465.59	3,436.07	1.74	144.67	183.85	5.63	902.02	1,932.18	607.16	27.76
В среднем в день:			20.82	19.89	77.60	572.68	0.29	24.11	30.64	0.94	150.34	322.03	101.19	4.63

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

Категория питания: завтраки старше

Стоимость питания

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	Углев оды		В1	А	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe
Пн, 04 декабря 23			60.96	21.04	23.49	77.83	606.87	0.35	0.2	31.86	0.76	86.64	359.84	143.98	6.6
Завтрак			60.96	21.04	23.49	77.83	606.87	0.35	0.2	31.86	0.76	86.64	359.84	143.98	6.6
ттк№357н	Салат "Капуста квашеная"	100	8.95	1.76	5.02	8.51	86.22	0.02	0.00	28	0.11	46.3	33.7	15.8	0.62
ттк№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (фасоль стр.)	75/25	38.36	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 гречневая вязкая	180	7.56	5.57	5.7	29.83	192.97	0.19	0.12	0.00	0.35	11.58	132.51	87.59	2.95
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. 05 декабря 23			89.95	25.35	29.94	56.72	597.76	0.25	4.42	12.64	1.29	308.88	487.74	68.11	7.07
Завтрак			89.95	25.35	29.94	56.72	597.76	0.25	4.42	12.64	1.29	308.88	487.74	68.11	7.07
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	106	10.01	0.42	0.42	9.54	43.67	0.03	0.05	10.6	0.21	17.7	11.66	8.48	2.12
340/04	Омлет натуральный с маслом	200/3	65.18	19.26	26.45	2.91	326.71	0.13	2.16	0.74	0.97	160.82	348.08	26.63	3.93
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкий с мармеладом	200/16	12.39	3.39	2.8	29.36	156.19	0.04	2.21	1.3	0.11	122.56	103.1	22.5	0.54
	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. 06 декабря 23			55.81	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			55.81	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	9.20	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 тушенная в соусе	50/50	33.25	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	7.91	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 (красная смород)	200	3.08	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	2.37	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. 07 декабря 23			89.76	19.28	24.97	58.39	535.53	0.36	7.7	69.56	0.58	319.67	308	81.2	2.23
Завтрак			89.76	19.28	24.97	58.39	535.53	0.36	7.7	69.56	0.58	319.67	308	81.2	2.23
	Десерт фруктовый Мандарин	80	19.18	0.64	0.16	6	28	0.05	0.01	30.4	0.16	28	13.6	8.8	0.08
тк № 184н	Колбасные изделия отварные (сосиски) с маслом	100/3	40.15	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	19.01	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-519н	Напиток "Осенний"	200	9.05	0.00	0.00	10.48	41.96	0.00	6.54	8	0.03	0.48	0.14	0.14	0.02
	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. 08 декабря 23			90.65	24.01	26.61	108.82	770.76	0.38	62.48	39.63	1.15	110.73	466.45	141.9	6.24
Завтрак			90.65	24.01	26.61	108.82	770.76	0.38	62.48	39.63	1.15	110.73	466.45	141.9	6.24
ТТК-130	Салат "Метелка"	100	5.51	1.61	10.09	6.26	122.26	0.03	32.43	35.08	0.15	44.36	38.91	21.4	0.88
тк-№1021	Плов из говядины	50/200	72.21	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 зефиром	200/40	10.56	0.52	0.05	36.38	148.05	0.00	0.05	0.1	0.00	8.55	11.45	4.4	0.94
	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. 09 декабря 23			76.85	22.79	38.04	100.29	834.7	0.29	0.13	16.74	0.94	94.32	311.62	74.39	6.57
Завтрак			76.85	22.79	38.04	100.29	834.7	0.29	0.13	16.74	0.94	94.32	311.62	74.39	6.57
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	150	14.17	0.6	0.6	13.5	61.8	0.05	0.08	15	0.3	25.05	16.5	12	3
392/11	Пельмени мясные отварные с маслом	200/5	53.61	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 печеньем	200/18	6.70	3.21	5.8	36.66	211.66	0.00	0.03	0.15	0.64	8.25	10.65	4.8	0.4
	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			463.98	145.93	163.37	483.4	3,987.75	1.91	216.23	180.34	7.02	993.26	2,239.22	649.74	33.32

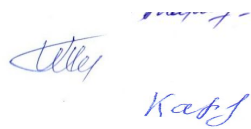
	Масса порции, г	Цена, руб.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Ca	P	Mg	Fe
ИТОГО ЗА 6 дней		463.98	145.93	163.37	483.4	3,987.75	1.91	216.23	180.34	7.02	993.26	2,239.22	649.74	33.32
В среднем в день:		77.33	24.32	27.23	80.57	664.63	0.32	36.04	30.06	1.17	165.54	373.20	108.29	5.55

Зам. директора по производству и качеству

Мартынова

Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам



Г.Х.Шайдуллина

Зам.начальника производственного отдела

А. В. Каримова