

"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 07.11.2023г. по 11.11.2023 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;**

2 группа

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценнос ть, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белк и	Жир ы	Углев олы		В1	А	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe
Вт, 07 ноября 23			20.3	20.56	73.15	558.85	0.33	0.17	23.83	0.7	75.4	329.47	124.73	5.58
Завтрак			20.3	20.56	73.15	558.85	0.33	0.17	23.83	0.7	75.4	329.47	124.73	5.58
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 (мекс. смесью)	75/15	11.55	12.47	10.65	201.07	0.1	0.02	6.94	0.34	16.69	165.84	27.62	1.8
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-253н	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 "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, 08 ноября 23			14.4	13.86	84.5	520.33	0.24	4.72	80.94	0.5	317.85	295.49	72.53	1.74
Завтрак			14.4	13.86	84.5	520.33	0.24	4.72	80.94	0.5	317.85	295.49	72.53	1.74
	Десерт фруктовый Апельсин	130	1.17	0.00	10.92	48.36	0.05	0.00	78	0.29	44.2	29.9	16.9	0.39
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.												
Чт, 09 ноября 23			15.57	23.65	51	479.15	0.29	80.52	32.22	0.54	243.79	266.84	80.4	2.96
Завтрак			15.57	23.65	51	479.15	0.29	80.52	32.22	0.54	243.79	266.84	80.4	2.96
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 №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
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" 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.												
Пт, 10 ноября 23			23.48	22.55	89.73	655.82	0.37	49.5	30.21	1.1	96.43	444.83	131.65	5.05
Завтрак			23.48	22.55	89.73	655.82	0.37	49.5	30.21	1.1	96.43	444.83	131.65	5.05
ТТК № 130	Салат "Метелка"	60	1.1	6.06	4.12	75.45	0.02	19.48	25.73	0.1	30.36	25.77	14.09	0.58
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-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 "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, 11 ноября 23			17.93	27.91	73.84	618.24	0.25	0.11	12.43	0.22	78.49	278.31	65.99	5.9
Завтрак			17.93	27.91	73.84	618.24	0.25	0.11	12.43	0.22	78.49	278.31	65.99	5.9
	Десерт фруктовый Яблоко	109	0.44	0.44	9.81	44.91	0.03	0.05	10.9	0.22	18.2	11.99	8.72	2.18
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-475	Чай полусладкий с мармеладом	200/16	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	2.28	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		91.68	108.53	372.22	2,832.39	1.48	135.02	179.63	3.06	811.96	1,614.94	475.3	21.23

	Масса порции, г	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценнос ть ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
		Белк и	Жиры	Углев олы		В1	А	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe
ИТОГО ЗА 5 дней		91.68	108.53	372.22	2,832.39	1.48	135.02	179.63	3.06	811.96	1,614.94	475.3	21.23
В среднем в день:		18.34	21.71	74.44	566.48	0.30	27.00	35.93	0.61	162.39	322.99	95.06	4.25

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
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	Ca	Р	Mg	Fe
Вт. 07 ноября 23			61.6	22.18	23.55	82.43	630.39	0.37	0.21	39.29	0.83	98.92	369.89	147.6	6.41
Завтрак			61.60	22.18	23.55	82.43	630.39	0.37	0.21	39.29	0.83	98.92	369.89	147.6	6.41
ттк№357н	Салат "Капуста квашеная"	100	8.84	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 (мекс. смесью)	75/25	39.15	11.81	12.5	11.56	205.95	0.1	0.04	11.2	0.37	19.76	170.69	29.57	1.89
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-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200	3.91	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 "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. 08 ноября 23			86.7	26.98	36.2	63.95	689.53	0.25	3.78	15.81	1.32	277.83	453.99	58.87	7.31
Завтрак			86.70	26.98	36.2	63.95	689.53	0.25	3.78	15.81	1.32	277.83	453.99	58.87	7.31
	Десерт фруктовый Яблоко	140	13.62	0.56	0.56	12.6	57.68	0.04	0.07	14	0.28	23.38	15.4	11.2	2.8
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	12.14	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"	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. 09 ноября 23			76.41	21.55	36.06	89.57	769.11	0.39	133.51	39.87	0.76	323.19	356.3	103.53	3.88
Завтрак			76.41	21.55	36.06	89.57	769.11	0.39	133.51	39.87	0.76	323.19	356.3	103.53	3.88
ТТК-66	Салат " Солнышко"	100	9.41	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 № 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	17.65	3.97	5.89	26.55	175.11	0.2	1.12	31.16	0.18	52.36	117.05	39.5	1.44

ттк№253н	Чай "Витаминный"полусл.с пряником	200/37	7.66	1.94	1.08	34.54	155.65	0.03	0.35	2.55	0.05	9.4	22.59	3.9	0.72
	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. 10 ноября 23			82.64	24.22	26.59	92.48	706.12	0.39	62.49	47.36	1.16	116.67	462	141.04	5.43
Завтрак			82.64	24.22	26.59	92.48	706.12	0.39	62.49	47.36	1.16	116.67	462	141.04	5.43
ТТК № 130	Салат "Метелка"	100	4.85	1.84	10.1	6.87	125.75	0.04	32.47	42.88	0.16	50.6	42.94	23.48	0.96
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-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
Сб. 11 ноября 23			76.83	19.85	32.3	91.29	735.3	0.29	0.17	19.89	0.32	94.22	310.98	74.95	7.04
Завтрак			76.83	19.85	32.3	91.29	735.3	0.29	0.17	19.89	0.32	94.22	310.98	74.95	7.04
	Десерт фруктовый Яблоко	150	14.59	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	53.14	16.7	31.37	35.22	490.05	0.19	0.02	1.59	0.00	53.22	259.57	47.09	2.69
686/04	Чай с лимоном с мармеладом	200/7/16	6.73	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	2.37	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			384.18	114.78	154.7	419.72	3,530.45	1.69	200.16	162.22	4.39	910.83	1,953.16	525.99	30.07

	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 5 дней		384.18	114.78	154.7	419.72	3,530.45	1.69	200.16	162.22	4.39	910.83	1,953.16	525.99	30.07
В среднем в день:		76.84	22.96	30.94	83.94	706.09	0.34	40.03	32.44	0.88	182.17	390.63	105.20	6.01

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам.начальника производственного отдела





Г.Н. Мартынова

Г.Х.Шайдуллина

А. В. Каримова