

"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 18.03.2024г. по 22.03.2024 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		B1	A	C	E	Ca	P	Mg	Fe
Пн, 18 марта 24			23.97	21.7	117.9	762.79	0.45	0.24	21.86	0.91	73.59	420.5	188.87	8.05
Завтрак			23.97	21.7	117.9	762.79	0.45	0.24	21.86	0.91	73.59	420.5	188.87	8.05
ТТК-357н	Салат "Капуста квашеная" (б/лука)	60	1.08	3.33	5.13	54.8	0.01	0.00	18	0.06	28.8	18.6	9.6	0.36
тتك№-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
508/04	Каша гречневая рассыпчатая	150	8.78	5.61	47.2	274.4	0.3	0.16	0.00	0.55	16.22	208.31	138.69	4.66
686/04	Чай с лимоном с зефиром	200/7/40	0.67	0.06	41.36	168.65	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, 19 марта 24			19.46	21.08	86.97	615.4	0.24	5.47	17.29	0.6	499.72	418.68	87.89	4.72
Завтрак			19.46	21.08	86.97	615.4	0.24	5.47	17.29	0.6	499.72	418.68	87.89	4.72
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
7/10	Сыр голландск.(порц)	15	4.42	4.16	0.00	55.11	0.00	0.00	0.12	0.07	165	99	9.08	0.12
ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	180/5	6.11	7.57	25.2	193.32	0.11	3.19	1.87	0.14	180.98	176.28	34.61	0.78
тتك №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		66.76 руб.												
Ср, 20 марта 24			32.19	15.33	66.32	531.97	0.25	81.28	8.07	1.96	61.56	284.4	127.18	3.83
Завтрак			32.19	15.33	66.32	531.97	0.25	81.28	8.07	1.96	61.56	284.4	127.18	3.83
612/04	Маринад овощной с томатом	60	0.77	6.05	5.4	79.1	0.03	72	4.32	0.2	14.33	27.69	16.09	0.42
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	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		66.76 руб.												
Чт, 21 марта 24			16.66	17.51	66.7	490.99	0.32	0.97	117	0.65	278.99	273.73	81.37	2.5
Завтрак			16.66	17.51	66.7	490.99	0.32	0.97	117	0.65	278.99	273.73	81.37	2.5
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
тتك №358н	Колб. изд. отварные (сосиски) с овощ.(огурцы сол.)	75/15	9.71	12.32	0.41	151.34	0.05	0.02	0.83	0.17	176.33	116.52	18.3	0.35
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.												
Пт, 22 марта 24			22.87	15.87	94.38	611.83	0.35	26.18	11.65	0.62	74.33	388.88	117.8	5.21

Завтрак			22.87	15.87	94.38	611.83	0.35	26.18	11.65	0.62	74.33	388.88	117.8	5.21
тк-996	Салат "Бобовое зёрнышко"	60	1.69	3.12	7.5	64.86	0.03	0.53	7.65	0.06	26.55	37.87	16.13	1.02
тк-№398н	Плов Азиатский	40/160	16.67	10.92	41.26	330	0.27	25.6	3.9	0.56	35.03	317.86	86.77	2.89
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.												
Итого			115.15	91.49	432.27	3,012.98	1.61	114.14	175.87	4.74	988.19	1,786.19	603.11	24.31

	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 5 дней		115.15	91.49	432.27	3,012.98	1.61	114.14	175.87	4.74	988.19	1,786.19	603.11	24.31
В среднем в день:		23.03	18.30	86.45	602.60	0.32	22.83	35.17	0.95	197.64	357.24	120.62	4.86

Зам. директора по производству и качеству

Г.Н. Мартынова

Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам

Г.Х. Шайдуллина

Г.Х. Шайдуллина

Зам.начальника производственного отдела

А.В. Каримова

А. В. Каримова

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор

"СОГЛАСОВАНО"

(№ образовательной организации)

ООО "Школьное питание"

(ФИО руководителя)

Р.И. Мусина

Р.И. Мусина

(подпись)

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

Стоимость питания 80,48руб./день;

2 группа

Категория питания: завтраки старше

№ 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	Ca	P	Mg	Fe
Пн, 18 марта 24			75.15	26.45	25.05	130.75	854.21	0.52	0.27	33.86	1.07	96.23	474.61	223.02	9.22
Завтрак			75.15	26.45	25.05	130.75	854.21	0.52	0.27	33.86	1.07	96.23	474.61	223.02	9.22
ТТК-357н	Салат "Капуста квашеная" (б/лука)	100	10.63	1.8	5.55	8.54	91.33	0.02	0.00	30	0.1	48	31	16	0.6
ттк№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (фасоль стр.)	75/25	39.45	11.16	12.44	9.3	193.76	0.09	0.01	0.56	0.28	12.81	158.72	24.73	1.68
508/04	Каша гречневая рассыпчатая	180	9.41	10.54	6.73	56.64	329.28	0.36	0.19	0.00	0.67	19.47	249.98	166.43	5.59
686/04	Чай с лимоном с зефиром	200/7/40	13.17	0.67	0.06	41.36	168.65	0.00	0.07	3.3	0.02	8.15	10.01	5.36	0.87
	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	0.48
Вт, 19 марта 24			70.03	23.93	28.12	107.04	776.97	0.29	6.09	17.38	0.84	381.09	431.25	88.41	5.88
Завтрак			70.03	23.93	28.12	107.04	776.97	0.29	6.09	17.38	0.84	381.09	431.25	88.41	5.88
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	2.8
337/04	Яйцо вареное	1 шт	18.89	5.52	5.04	0.00	67.44	0.03	0.27	0.00	0.29	26.4	92.16	5.76	1.2

ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	200/5	19.88	6.78	8	27.99	211.12	0.13	3.54	2.08	0.16	200.95	195.69	38.45	0.86
тتك №198н	Какао с молоком полусладкое с печ.сахарн.	200/36	15.25	8.79	14.25	51.54	369.54	0.04	2.21	1.3	0.11	122.56	103.1	22.5	0.54
	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	0.48
Ср, 20 марта 24			59.44	33.77	20.23	77.23	626.07	0.28	129.29	10.95	2.31	74.31	312.28	139.6	4.27
Завтрак			59.44	33.77	20.23	77.23	626.07	0.28	129.29	10.95	2.31	74.31	312.28	139.6	4.27
612/04	Маринад овощной с томатом	100	10.03	1.28	10.08	9	131.83	0.05	120	7.2	0.33	23.89	46.16	26.81	0.69
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	1.56
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	1.04
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	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	2.49	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, 21 марта 24			107.75	20.8	26.27	78.51	633.7	0.4	1.18	173.56	0.91	372.48	349.64	103.23	2.87
Завтрак			107.75	20.8	26.27	78.51	633.7	0.4	1.18	173.56	0.91	372.48	349.64	103.23	2.87
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	237	35.76	2.13	0.00	19.91	88.16	0.09	0.00	142.2	0.52	80.58	54.51	30.81	0.71
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	0.22
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	1.44
ТТК-356н	Компот "Фруктово-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	0.02
	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	0.48
Пт, 22 марта 24			89.97	24.9	21.72	96.12	679.56	0.4	30.93	17.3	1.1	107.02	487.46	147.39	6.93
Завтрак			89.97	24.9	21.72	96.12	679.56	0.4	30.93	17.3	1.1	107.02	487.46	147.39	6.93
тتك-996	Салат "Бобовое зёрнышко"	100	10.72	2.82	5.2	12.5	108.09	0.05	0.88	12.75	0.1	44.25	63.12	26.89	1.69
тتك-№1021	Плов из говядины	50/200	72.71	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 мармеладом	200/16	4.05	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	2.49	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			402.34	129.85	121.39	489.65	3,570.51	1.89	167.76	253.05	6.23	1,031.13	2,055.24	701.65	29.17

	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		402.34	129.85	121.39	489.65	3,570.51	1.89	167.76	253.05	6.23	1,031.13	2,055.24	701.65	29.17
В среднем в день:		80.48	25.97	24.28	97.93	714.10	0.38	33.55	50.61	1.25	206.23	411.05	140.33	5.83

Зам. директора по производству и качеству

Г.Н. Мартынова

Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам

Г.Х. Шайдуллина

Г.Х. Шайдуллина

Зам. начальника производственного отдела

А.В. Каримова

А. В. Каримова