

"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 20.05.2024г. по 25.05.2024 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	Углев. оды		В1	А	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe
Пн, 20 мая 24			21,63	37,72	85,69	768,84	0,24	0,32	49,73	0,1	101,07	292,16	70,31	4,23
Завтрак			21,63	37,72	85,69	768,84	0,24	0,32	49,73	0,1	101,07	292,16	70,31	4,23
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
392/11	Пельмени мясные отварные с маслом	180/5	15,03	28,6	31,7	444,36	0,17	0,02	1,43	0,00	48,02	233,77	42,38	2,42
686/04	Чай с лимоном с печеньем сахарным в ассортименте	200/7/18	2,97	5,78	32,56	194,17	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, 21 мая 24			16,66	13,83	67,86	462,47	0,24	5,45	15,29	0,56	495,9	415,88	86,28	4,31
Завтрак			16,66	13,83	67,86	462,47	0,24	5,45	15,29	0,56	495,9	415,88	86,28	4,31
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	120	0,48	0,48	10,8	49,44	0,04	0,06	12	0,24	20,04	13,2	9,6	2,4
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	180/3	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	200	3,39	2,8	16,98	106,66	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, 22 мая 24			32,34	15,87	47,89	463,8	0,31	10,2	35,29	0,9	87,71	330,57	143,29	4,07
Завтрак			32,34	15,87	47,89	463,8	0,31	10,2	35,29	0,9	87,71	330,57	143,29	4,07
13/10	Салат из св.огурцов	60	2,97	6,05	1,39	71,89	0,02	0,01	5,57	0,06	12,81	23,39	7,8	0,33
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-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, 23 мая 24			19,27	16,97	84,36	567,18	0,26	0,23	108,86	1,64	264,41	234,94	62,03	2,2
Завтрак			19,27	16,97	84,36	567,18	0,26	0,23	108,86	1,64	264,41	234,94	62,03	2,2
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	180	1,62	0,00	15,12	66,96	0,07	0,00	108	0,4	61,2	41,4	23,4	0,54
ттк №358н	Колбасные изд. отварные (сосиски) с овощ.(огурцы консервир.)	75/15	10	12,32	1,13	155,41	0,05	0,19	0,66	0,17	179,22	121,3	19,46	0,29

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-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, 24 мая 24			22,7	20,6	83,72	611,14	0,33	25,79	32,27	0,61	71,5	365,84	109,27	4,48
Завтрак			22,7	20,6	83,72	611,14	0,33	25,79	32,27	0,61	71,5	365,84	109,27	4,48
ттк-976	Салат из белокочанной капусты с кукурузой	60	0,85	3,64	5,21	57,02	0,01	0,14	28,27	0,05	23,72	14,83	7,6	0,29
ттк-№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 печеньем сахарным	200/18	2,9	5,77	22,34	152,93	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.												
Сб, 25 мая 24			23,33	18,99	104,29	681,37	0,49	0,28	15,71	1,78	69,94	419,04	190,71	10,23
Завтрак			23,33	18,99	104,29	681,37	0,49	0,28	15,71	1,78	69,94	419,04	190,71	10,23
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	150	0,6	0,6	13,5	61,8	0,05	0,08	15	0,3	25,05	16,5	12	3
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
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
ТТК-258к	Напиток "Фруктово-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		66,76 руб.												
Итого			135,93	123,98	473,81	3 554,8	1,87	42,27	257,15	5,59	1 090,53	2 058,43	661,89	29,52

	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		135,93	123,98	473,81	3 554,8	1,87	42,27	257,15	5,59	1 090,53	2 058,43	661,89	29,52
В среднем в день:		22,66	20,66	78,97	592,47	0,31	7,05	42,86	0,93	181,76	343,07	110,32	4,92

Зам. директора по производству и качеству

Мария

Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам

Шайдуллина

Г.Х.Шайдуллина

Зам.начальника производственного отдела

Каримова

А. В. Каримова

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р.И. Мусина

_ Р.И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

(№ образовательной организации)

(ФИО руководителя)

(подпись)

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

Стоимость питания 80,48руб./день;

Категория питания: завтраки старше

2 группа

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценнос ть, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Белки	Жиры	Углевод ы		В1	А	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe
Пн, 20 мая 24			72,56	24,2	42,54	93,56	853,95	0,28	0,47	79,89	0,15	131,01	333,61	83,06	4,8
Завтрак			72,56	24,2	42,54	93,56	853,95	0,28	0,47	79,89	0,15	131,01	333,61	83,06	4,8
ТТК-513н	Салат " Свежесть "	100	7,67	2,25	5,12	10,87	98,54	0,04	0,38	75	0,13	61,84	39,13	20,11	0,76
392/11	Пельмени мясные отварные с маслом	200/5	56,00	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 печеньем сахарным в ассортименте	200/7/18	6,40	2,97	5,78	32,56	194,17	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, 21 мая 24			62,45	18,57	16,71	73,47	518,62	0,3	6,1	18,48	0,86	382,93	432,46	89,29	6,1
Завтрак			62,45	18,57	16,71	73,47	518,62	0,3	6,1	18,48	0,86	382,93	432,46	89,29	6,1
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	151	14,58	0,6	0,6	13,59	62,21	0,05	0,08	15,1	0,3	25,22	16,61	12,08	3,02
337/04	Яйцо вареное	1 шт	15,51	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	20,00	6,78	8	27,99	211,12	0,13	3,54	2,08	0,16	200,95	195,69	38,45	0,86
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	200	9,87	3,39	2,8	16,98	106,66	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, 22 мая 24			75,78	34,98	20,88	53,25	540,9	0,36	10,39	44,19	0,96	104,97	365,67	155,06	4,54
Завтрак			75,78	34,98	20,88	53,25	540,9	0,36	10,39	44,19	0,96	104,97	365,67	155,06	4,54
13/10	Салат из св.огурцов	100	12,81	4,95	10,08	2,32	119,81	0,03	0,01	9,28	0,09	21,34	38,98	12,99	0,56
ТТК-53к	Мякоть птицы тушенная в соусе	50/50	37,39	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	180	20,01	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-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, 23 мая 24			93,98	23,07	29,25	93,61	729,92	0,29	0,12	126,2	1,96	331,29	284,36	70,47	2,4
Завтрак			93,98	23,07	29,25	93,61	729,92	0,29	0,12	126,2	1,96	331,29	284,36	70,47	2,4
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	210	29,31	1,89	0,00	17,64	78,12	0,08	0,00	126	0,46	71,4	48,3	27,3	0,63
ттк № 1н	Колбасные изделия отварные (сосиски) с маслом	100/10	47,89	12,46	23,73	0,55	265,62	0,06	0,07	0,00	0,21	232,71	154,41	22,3	0,23
516/04	Макаронные изделия отварные	180	8,30	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-356н	Компот "Фрукдово-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, 24 мая 24			98,21	26,19	28,31	97,2	748,41	0,37	30,29	51,67	1,08	102,3	449,06	133,17	5,73
Завтрак			98,21	26,19	28,31	97,2	748,41	0,37	30,29	51,67	1,08	102,3	449,06	133,17	5,73
ттк-976	Салат из белокочанной капусты с кукурузой	100	19,16	1,41	6,07	8,68	95,03	0,02	0,24	47,12	0,08	39,53	24,72	12,67	0,49
ттк-№1021	Плов из говядины	50/200	72,79	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 печеньем сахарным	200/18	3,77	2,9	5,77	22,34	152,93	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
Сб, 25 мая 24			79,84	26,07	19,52	114,93	739,56	0,57	0,23	105,71	1,99	107,83	484,5	229,21	8,69
Завтрак			79,84	26,07	19,52	114,93	739,56	0,57	0,23	105,71	1,99	107,83	484,5	229,21	8,69
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	175	24,43	1,58	0,00	14,7	65,1	0,07	0,00	105	0,39	59,5	40,25	22,75	0,53
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	9,56	10,54	6,73	56,64	329,28	0,36	0,19	0,00	0,67	19,47	249,98	166,43	5,59
ТТК-258к	Напиток "Фрукдово-ягодный" из урюка	200	3,91	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	2,49	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			482,82	153,08	157,21	526,02	4 131,36	2,17	47,6	426,14	7	1 160,33	2 349,66	760,26	32,26

	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценнос ть, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углевод ы		В1	А	С	Е	Са	Р	Mg	Fe
ИТОГО ЗА 6 дней		482,82	153,08	157,21	526,02	4 131,36	2,17	47,6	426,14	7	1 160,33	2 349,66	760,26	32,26
В среднем в день:		80,47	25,51	26,20	87,67	688,56	0,36	7,93	71,02	1,17	193,39	391,61	126,71	5,38

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам.начальника производственного отдела





Г.Н. Мартынова

Г.Х.Шайдуллина

А. В. Каримова