

"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 22.01.2024г. по 27.01.2024 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. ценност ь, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белк и	Жир ы	Углев олы		В1	А	С	Е	Са	Р	Mg	Fe
Пн. 22 января 24			23.57	22	117.54	762.47	0.45	0.35	26.48	0.89	64.21	413.85	185.38	7.93
Завтрак			23.57	22	117.54	762.47	0.45	0.35	26.48	0.89	64.21	413.85	185.38	7.93
ттк-97б	Салат из белокочанной капусты с кукурузой	60	0.68	3.63	4.77	54.48	0.01	0.11	22.62	0.04	19.42	11.95	6.11	0.24
ттк№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (фасоль	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, 23 января 24			21.87	22.81	84.99	632.68	0.26	5.48	18.36	0.66	606.39	482.78	94.46	4.99
Завтрак			21.87	22.81	84.99	632.68	0.26	5.48	18.36	0.66	606.39	482.78	94.46	4.99
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
7/10	Сыр голландск.(порц)	25	7.24	6.8	0.00	90.18	0.01	0.00	0.19	0.11	270	162	14.85	0.19
ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с	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
ттк №198н	Какао с молоком полусладкое с печ.сахарн.	200/15	5.64	7.57	31.38	216.19	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. 24 января 24			32.15	16.91	70.76	563.79	0.26	108.29	8.37	2	64.18	286.29	131.62	4.19
Завтрак			32.15	16.91	70.76	563.79	0.26	108.29	8.37	2	64.18	286.29	131.62	4.19
ттк-66	Салат " Солнышко"	75	0.73	7.63	9.84	110.92	0.04	99.01	4.62	0.24	16.95	29.58	20.53	0.78
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, 25 января 24			15.94	18.14	68.23	499.87	0.31	1.05	42.7	0.63	254.21	256.5	74.43	5.19
Завтрак			15.94	18.14	68.23	499.87	0.31	1.05	42.7	0.63	254.21	256.5	74.43	5.19
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	157	0.63	0.63	14.13	64.68	0.05	0.08	15.7	0.31	26.22	17.27	12.56	3.14
ттк №358н	Колб. изд. отварные (сосиски) с овощ.(огурцы	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. 26 января 24			22.26	15.81	92.69	602.06	0.34	25.83	40	0.62	77.68	369.84	111.34	4.56

Завтрак			22.26	15.81	92.69	602.06	0.34	25.83	40	0.62	77.68	369.84	111.34	4.56
ТТК-513н	Салат " Свежесть "	60	1.08	3.06	5.81	55.09	0.02	0.18	36	0.06	29.9	18.83	9.67	0.37
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 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.												
Сб. 27 января 24			18.34	28.04	78.12	638.16	0.26	0.11	15.08	0.92	86.14	283.57	68.47	6.01
Завтрак			18.34	28.04	78.12	638.16	0.26	0.11	15.08	0.92	86.14	283.57	68.47	6.01
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	135	0.54	0.54	12.15	55.62	0.04	0.07	13.5	0.27	22.55	14.85	10.8	2.7
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 "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			134.13	123.71	512.33	3,699.03	1.88	141.11	150.99	5.72	1,152.81	2,092.83	665.7	32.87

	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		134.13	123.71	512.33	3,699.03	1.88	141.11	150.99	5.72	1,152.81	2,092.83	665.7	32.87
В среднем в день:		22.36	20.62	85.39	616.51	0.31	23.52	25.17	0.95	192.14	348.81	110.95	5.48

Зам. директора по производству и качеству

Мартынова

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

Категория питания: завтраки старше

Стоимость питания

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	Ca	Р	Mg	Fe
Пн, 22 января 24			83.29	27.04	25.56	137.08	886.44	0.53	0.46	44.58	1.05	107.18	489.48	217.64	9.25
Завтрак			83.29	27.04	25.56	137.08	886.44	0.53	0.46	44.58	1.05	107.18	489.48	217.64	9.25

ттк-976	Салат из белокочанной капусты с кукурузой	100	18.10	2.39	6.06	14.87	123.56	0.03	0.19	40.72	0.08	58.95	45.87	10.62	0.63
ттк№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (фасоль стр.)	75/25	39.16	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	10.35	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	13.19	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, 23 января 24			72.62	23.04	29.8	100.54	762.54	0.29	6.11	16.48	0.82	380.79	431.76	87.72	5.71
Завтрак			72.62	23.04	29.8	100.54	762.54	0.29	6.11	16.48	0.82	380.79	431.76	87.72	5.71
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	131	12.01	0.52	0.52	11.79	53.97	0.04	0.07	13.1	0.26	21.88	14.41	10.48	2.62
337/04	Яйцо вареное	1 шт	19.74	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	200/10	23.81	6.83	11.63	28.06	244.22	0.13	3.56	2.08	0.16	202.15	197.19	38.48	0.87
ттк №198н	Какао с молоком полусладкое с печ.сахарн.	200/30	14.57	7.89	12.34	45.78	325.72	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, 24 января 24			59.09	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			59.09	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	9.73	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 тушеная в соусе	50/50	35.64	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, 25 января 24			102.45	20.94	29.9	69.4	630.43	0.37	1.21	108.3	0.71	345.31	333.15	92.59	3.02
Завтрак			102.45	20.94	29.9	69.4	630.43	0.37	1.21	108.3	0.71	345.31	333.15	92.59	3.02
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	125	22.38	1.13	0.00	10.5	46.5	0.05	0.00	75	0.28	42.5	28.75	16.25	0.38
ттк № 1н	Колбасные изделия отварные (сосиски) с маслом	100/10	47.66	12.46	23.73	0.55	265.62	0.06	0.07	0.00	0.21	232.71	154.41	22.3	0.23
520/04	Пюре картофельное	180	19.63	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-81н	Огурец соленый порц	35	4.93	1.09	0.00	0.23	5.28	0.01	0.00	1.94	0.04	9.71	7.77	3.89	0.47
ТТК-356н	Компот "Фруктово-ягодный" ассорти	200	5.36	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, 26 января 24			85.37	23.88	21.62	93.31	663.29	0.38	30.35	64.55	1.1	112.61	455.72	136.61	5.85
Завтрак			85.37	23.88	21.62	93.31	663.29	0.38	30.35	64.55	1.1	112.61	455.72	136.61	5.85
ТТК-513н	Салат " Свежесть "	100	5.99	1.8	5.1	9.69	91.82	0.03	0.3	60	0.1	49.84	31.38	16.11	0.61
ттк-№1021	Плов из говядины	50/200	72.96	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	3.93	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
Сб, 27 января 24			80.04	21.83	33.36	111.55	833.77	0.32	0.13	18.24	0.97	99.98	327.62	75.59	7.08
Завтрак			80.04	21.83	33.36	111.55	833.77	0.32	0.13	18.24	0.97	99.98	327.62	75.59	7.08
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	165	15.12	0.66	0.66	14.85	67.98	0.05	0.08	16.5	0.33	27.56	18.15	13.2	3.3
392/11	Пельмени мясные отварные с маслом	200/5	53.79	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 пряником	200/35	8.64	2.19	1.06	46.57	204.55	0.03	0.03	0.15	0.64	11.4	25	4.8	0.61
	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			482.86	150.19	160.56	593.23	4,418.6	2.17	179.56	262.06	6.95	1,118.89	2,343.3	750.31	35.52

	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	Мg	Fe

ИТОГО ЗА 6 дней		482.86	150.19	160.56	593.23	4,418.6	2.17	179.56	262.06	6.95	1,118.89	2,343.3	750.31	35.52	
В среднем в день:		80.48	25.03	26.76	98.87	736.43	0.36	29.93	43.68	1.16	186.48	390.55	125.05	5.92	

Зам. директора по производству и качеству

Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам

Г.Х.Шайдуллина

Зам.начальника производственного отдела

А. В. Каримова