

"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 25.12.2023г. по 29.12.2023 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

**Стоимость питания
64,19руб./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		В1	А	С	Е	Ca	P	Mg	Fe
Пн, 25 декабря 23			18.26	20.44	64.76	515.96	0.29	0.14	19.22	0.51	222.25	284.48	113.68	3.71
Завтрак			18.26	20.44	64.76	515.96	0.29	0.14	19.22	0.51	222.25	284.48	113.68	3.71
тнк№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-358н	Колбасные изд. отварные (сосиски) с овощ.(зел.гор)	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
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-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		64.19 руб.												
Вт, 26 декабря 23			19.8	17.57	76.43	543.09	0.27	0.14	17.34	1.62	62.6	257.39	59.28	6.03
Завтрак			19.8	17.57	76.43	543.09	0.27	0.14	17.34	1.62	62.6	257.39	59.28	6.03
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	103	0.41	0.41	9.27	42.44	0.03	0.05	10.3	0.21	17.2	11.33	8.24	2.06
тнк№-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
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-475	Чай полусладкий	200	0.2	0.05	5.06	21.5	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.												
Ср, 27 декабря 23			24.1	14.24	65.79	487.73	0.32	1.37	14.84	0.75	75.18	369.65	98.22	5
Завтрак			24.1	14.24	65.79	487.73	0.32	1.37	14.84	0.75	75.18	369.65	98.22	5
52/11	Салат из свеклы отварной	60	1.09	3.67	6.4	62.98	0.01	0.65	7.27	0.07	26.91	31.27	16	1.02
437/04	Гуляш	50/50	15.96	5.87	3.58	131.02	0.1	0.02	2.44	0.11	16.15	166.76	23.67	2.07
510/04	Каша пшеничная вязкая	150	4.65	4.39	24.35	155.48	0.16	0.02	0.00	0.47	16.94	139.95	44.56	1.25
ТТК-265н	Компот "Фруктово-ягодный" из красной смородины	200	0.12	0.04	16.55	67.06	0.00	0.68	5.13	0.1	7.38	6.77	3.49	0.18
	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, 28 декабря 23			20.14	32.64	75.05	674.53	0.25	0.11	11.53	0.2	76.99	277.32	65.27	5.72
Завтрак			20.14	32.64	75.05	674.53	0.25	0.11	11.53	0.2	76.99	277.32	65.27	5.72
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	0.4	0.4	9	41.2	0.03	0.05	10	0.2	16.7	11	8	2
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 печеньем сахарным	200/15	2.45	4.82	19.46	131.02	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.												
Пт, 29 декабря 23			19.86	11.67	84.55	522.62	0.35	25.68	14.05	1.41	67.78	364.41	110.07	5.78
Завтрак			19.86	11.67	84.55	522.62	0.35	25.68	14.05	1.41	67.78	364.41	110.07	5.78

ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	0.4	0.4	9	41.2	0.03	0.05	10	0.2	16.7	11	8	2
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-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		64.19 руб.												
Итого			102.16	96.56	366.58	2,743.93	1.48	27.44	76.98	4.49	504.8	1,553.25	446.52	26.24

	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
ИТОГО ЗА 5 дней		102.16	96.56	366.58	2,743.93	1.48	27.44	76.98	4.49	504.8	1,553.25	446.52	26.24
В среднем в день:		20.43	19.31	73.32	548.79	0.30	5.49	15.40	0.90	100.96	310.65	89.30	5.25

Зам. директора по производству и качеству

Марина

Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам

Татьяна

Г.Х.Шайдуллина

Зам.начальника производственного отдела

Карим

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

Категория питания: завтраки старшие

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	Са	Р	Mg	Fe
Пн, 25 декабря 23			65.92	22.03	31.1	70.39	649.62	0.32	0.18	28.2	0.67	297.42	344.29	136.31	4.29
Завтрак			65.92	22.03	31.1	70.39	649.62	0.32	0.18	28.2	0.67	297.42	344.29	136.31	4.29
ттк№357н	Салат "Капуста квашеная"	100	8.98	1.76	5.02	8.51	86.22	0.02	0.00	28	0.11	46.3	33.7	15.8	0.62
ттк № 1н	Колбасные изделия отварные (сосиски) с маслом	100/5	41.65	12.41	20.1	0.48	232.51	0.06	0.04	0.00	0.21	231.51	152.91	22.27	0.22
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
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	2.37	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, 26 декабря 23			90.1	22.92	18.01	132.09	782.04	0.31	0.08	77.65	1.86	116.21	297.17	66.08	4.32

Завтрак			90.10	22.92	18.01	132.09	782.04	0.31	0.08	77.65	1.86	116.21	297.17	66.08	4.32
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
тتك№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (кукур.конс.)	75/25	44.74	12	12.44	13.89	215.47	0.1	0.01	2.56	0.29	29.69	175.76	24.97	1.83
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
тتك№253н	Чай "Витаминный" полусл. с зефиром	200/40	12.70	1.08	0.06	48.94	200.62	0.01	0.04	0.09	0.00	17.07	11.28	4.14	0.59
	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, 27 декабря 23			80.67	25.75	17.57	74.93	560.82	0.36	1.82	19.69	0.9	96.5	418.48	117.79	5.94
Завтрак			80.67	25.75	17.57	74.93	560.82	0.36	1.82	19.69	0.9	96.5	418.48	117.79	5.94
52/11	Салат из свеклы отварной	100	3.92	1.82	6.12	10.67	104.97	0.02	1.09	12.12	0.12	44.84	52.12	26.66	1.7
437/04	Гуляш	50/50	62.33	15.96	5.87	3.58	131.02	0.1	0.02	2.44	0.11	16.15	166.76	23.67	2.07
510/04	Каша пшеничная вязкая	180	5.92	5.57	5.27	29.22	186.58	0.19	0.03	0.00	0.57	20.33	167.93	53.47	1.51
ТТК-265н	Компот "Фруктово-ягодный" из красной смородины	200	6.13	0.12	0.04	16.55	67.06	0.00	0.68	5.13	0.1	7.38	6.77	3.49	0.18
	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, 28 декабря 23			73.41	22.04	37.07	83.36	755.3	0.29	0.15	16.99	0.31	91.52	309.55	74.23	7.05
Завтрак			73.41	22.04	37.07	83.36	755.3	0.29	0.15	16.99	0.31	91.52	309.55	74.23	7.05
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	153	14.02	0.61	0.61	13.77	63.04	0.05	0.08	15.3	0.31	25.55	16.83	12.24	3.06
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-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/15	3.41	2.45	4.82	19.46	131.02	0.00	0.05	0.1	0.00	4.95	8.25	4.4	0.82
	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, 29 декабря 23			76.55	20.06	11.87	89.05	543.22	0.37	25.71	19.05	1.51	76.13	369.91	114.07	6.78
Завтрак			76.55	20.06	11.87	89.05	543.22	0.37	25.71	19.05	1.51	76.13	369.91	114.07	6.78
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	150	13.75	0.6	0.6	13.5	61.8	0.05	0.08	15	0.3	25.05	16.5	12	3
тتك-№398н	Плов Азиатский	40/160	56.52	16.67	10.92	41.26	330	0.27	25.6	3.9	0.56	35.03	317.86	86.77	2.89
ТТК-258к	Напиток "Фруктово-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	2.37	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			386.65	112.8	115.62	449.82	3,291	1.65	27.94	161.58	5.25	677.78	1,739.4	508.48	28.38

	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		386.65	112.8	115.62	449.82	3,291	1.65	27.94	161.58	5.25	677.78	1,739.4	508.48	28.38
В среднем в день:		77.33	22.56	23.12	89.96	658.20	0.33	5.59	32.32	1.05	135.56	347.88	101.70	5.68

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам.начальника производственного отдела

Мартынова
Шайдуллина
Каримова

Г.Н. Мартынова

Г.Х.Шайдуллина

А. В. Каримова