

"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 02.09.2025г. по 06.09.2025 г.

1гр.3,5,9,10,57 2гр.4,6,69 3гр.38,36ф,59 4гр.43,79,49,55,24 5 гр.17,60,45 6 гр.42,42л,75,62 7гр.54,53,16 8гр.23,40,61
9гр.15,19,77 0гр.50,11,88 31гр.44,56,21 32гр.27,28,29,68

Категория питания: бесплатные горячие завтраки

2 группа

Стоимость питания
74,77руб./день;

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белк и	Жиры	Углево		B1	A	C	E	Ca	P	Mg	Fe
Вт, 02 сентября 25			14.86	19.82	64.94	497.54	0.23	12.21	30.61	0.68	225.6	268.88	75.62	2.01
Завтрак			14.86	19.82	64.94	497.54	0.23	12.21	30.61	0.68	225.6	268.88	75.62	2.01
ТТК № 473	Салат " Зайка"	60	0.97	3.09	6.55	57.92	0.02	12.15	29.76	0.09	28.28	19.57	10.81	0.55
ТТК-358н	Колбасные изд. отварные (сосиски) с овощ.(зел.гор)	75/15	9.29	12.32	3.85	163.42	0.05	0.02	0.65	0.33	174.03	116.56	16.66	0.26
510/04	Каша рисовая вязкая	150	2.31	4.13	22.97	138.28	0.11	0.02	0.00	0.26	15.26	107.58	37.5	0.7
ТТК-356н	Компот "Флодово-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		74.77 руб.												
Ср, 03 сентября 25			21.2	16.8	69.79	515.1	0.26	1.62	13.77	1.45	70.15	229.63	50.99	5.52
Завтрак			21.2	16.8	69.79	515.1	0.26	1.62	13.77	1.45	70.15	229.63	50.99	5.52
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
тнк-992	Мясо "Нежное" в соусе	40/50	13.06	11.12	3.68	167.03	0.09	1.21	1.22	0.13	21.02	140.08	19.88	1.65
ТТК - 181а	Макароны отварные	150	5.3	4.96	36.41	211.45	0.09	0.00	0.00	1.07	18.55	46.22	8.71	0.89
ТТК-253к	Чай "Витаминовый" 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		74.77 руб.												
Чт, 04 сентября 25			20	16.75	75.19	531.52	0.23	0.97	35.16	0.91	87.45	157.85	56.46	2.7
Завтрак			20	16.75	75.19	531.52	0.23	0.97	35.16	0.91	87.45	157.85	56.46	2.7
ТТК-488н	Салат из св.огурцов	60	3.1	3.65	1.45	51.1	0.02	0.01	5.81	0.06	14.7	24.69	8.22	0.36
ТТК 491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ.(кукур.зам)	2/40/10	10.8	7.84	17.33	183.07	0.00	0.00	3.23	0.05	13.07	0.07	0.02	0.25
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-258к	Напиток "Флодово-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		74.77 руб.												
Пт, 05 сентября 25			35.81	21.27	100.97	738.59	0.21	5.07	14.76	0.63	279.56	376.08	61.33	4.58

Завтрак				35.81	21.27	100.97	738.59	0.21	5.07	14.76	0.63	279.56	376.08	61.33	4.58
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 - 521н	Запеканка из творога "Ягодка" со сгущ.молоком	150/20	30.16	14.82	44.5	432.03	0.13	4.95	1.46	0.41	246.91	330.17	37.47	1.23	
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			74.77 руб.												
Сб. 06 сентября 25				16.39	17.92	61.41	472.49	0.31	0.19	10.1	0.64	49.19	273.19	113.84	6.83
Завтрак				16.39	17.92	61.41	472.49	0.31	0.19	10.1	0.64	49.19	273.19	113.84	6.83
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№-201н	Котлеты "Любимые" с овощами (фасоль стр.)	75/15	8.92	11.85	7.65	172.91	0.07	0.02	0.00	0.15	11.35	120.19	17.97	1.08	
ТТК-187а	Каша гречневая вязкая	150	4.59	5.35	24.79	165.69	0.16	0.07	0.00	0.29	8.39	108.85	72.97	2.45	
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			74.77 руб.												
Итого				108.26	92.56	372.3	2,755.24	1.24	20.06	104.4	4.31	711.95	1,305.63	358.24	21.64

	Масса порции, г	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
		Белки	Жиры	Углево-лы		В1	А	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe
ИТОГО ЗА 5 дней		108.26	92.56	372.3	2,755.24	1.24	20.06	104.4	4.31	711.95	1,305.63	358.24	21.64
В среднем в день:		21.65	18.51	74.46	551.05	0.25	4.01	20.88	0.86	142.39	261.13	71.65	4.33

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 с 02.09.2025г. по 06.09.2025 г.**

1гр.3,5,9,10,57 2гр.4,6,69 3гр.38,36ф,59 4гр.43,79,49,55,24 5 гр.17,60,45 6 гр.42,42л,75,62 7гр.54,53,16 8гр.23,40,61
9гр.15,19,77 0гр.50,11,88 31гр.44,56,21 32гр.27,28,29,68

Категория питания: завтраки старшие

**Стоимость питания
88,7руб./день;**

2 группа

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белк и	Жиры	Углев оды		В1	А	С	Е	Са	Р	Mg	Fe
Вт, 02 сентября 25			16	22.7	76.26	573.36	0.26	20.32	50.89	0.91	248.75	305.69	90.36	2.57
Завтрак			16	22.7	76.26	573.36	0.26	20.32	50.89	0.91	248.75	305.69	90.36	2.57
ТТК № 473	Салат " Зайка"	100	1.62	5.15	10.92	96.54	0.03	20.25	49.6	0.15	47.14	32.61	18.02	0.91
ТТК-358н	Колбасные изд. отварные (сосиски) с овощ.(зел.гор)	75/25	9.32	12.32	6.2	172.96	0.05	0.02	1.09	0.45	175.26	118.81	16.69	0.32
510/04	Каша рисовая вязкая	180	2.77	4.95	27.57	165.94	0.13	0.03	0.00	0.31	18.32	129.1	45	0.84
ТТК-356н	Компот "Плодово-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		88.7 руб.												
Ср, 03 сентября 25			25.33	19.95	77.08	589.12	0.28	1.62	13.78	1.66	75.34	269.58	56.7	6.06
Завтрак			25.33	19.95	77.08	589.12	0.28	1.62	13.78	1.66	75.34	269.58	56.7	6.06
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-992	Мясо "Нежное" в соусе	50/50	16.13	13.28	3.68	198.76	0.1	1.21	1.23	0.13	22.5	170.78	23.85	2.01
ТТК - 181а	Макароны отварные	180	6.36	5.95	43.7	253.74	0.1	0.00	0.00	1.28	22.26	55.47	10.45	1.07
ТТК-253к	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		88.7 руб.												
Чт, 04 сентября 25			22.77	20.17	82.18	601.33	0.28	1.16	45.73	1.03	119.05	193.9	68.54	3.44
Завтрак			22.77	20.17	82.18	601.33	0.28	1.16	45.73	1.03	119.05	193.9	68.54	3.44
ТТК-488н	Салат из св.огурцов	100	5.16	6.09	2.42	85.17	0.03	0.01	9.69	0.1	24.5	41.15	13.7	0.6
ТТК 491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ.(кукур.зам)	2/40/20	10.85	7.84	18.92	189.63	0.00	0.00	4.73	0.1	26.14	0.15	0.04	0.51
520/04	Пюре картофельное	180	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-258к	Напиток "Плодово-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		88.7 руб.												
Пт, 05 сентября 25			33	18.14	96.48	681.24	0.34	23.53	16.34	1.29	81.72	404.83	176.69	6.17
Завтрак			33	18.14	96.48	681.24	0.34	23.53	16.34	1.29	81.72	404.83	176.69	6.17
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-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	27.35	11.69	40.01	374.68	0.26	23.41	3.04	1.07	49.07	358.92	152.83	2.82
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		88.7 руб.												
Сб, 06 сентября 25			17.32	18.99	66.36	505.63	0.34	0.21	10.1	0.7	51.24	295.04	128.45	7.33

Завтрак			17.32	18.99	66.36	505.63	0.34	0.21	10.1	0.7	51.24	295.04	128.45	7.33
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
ткк№-201н	Котлеты "Любимые" с овощами (фасоль стр.)	75/25	8.93	11.85	7.65	172.91	0.07	0.02	0.00	0.15	11.72	120.27	17.99	1.09
ТТК-187а	Каша гречневая вязкая	180	5.51	6.42	29.74	198.83	0.19	0.09	0.00	0.35	10.07	130.62	87.56	2.94
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		88.7 руб.												
Итого			114.42	99.95	398.36	2,950.68	1.5	46.84	136.84	5.59	576.1	1,469.04	520.74	25.57

	Масса порции, г	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
		Белк и	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe
ИТОГО ЗА 5 дней		114.42	99.95	398.36	2,950.68	1.5	46.84	136.84	5.59	576.1	1,469.04	520.74	25.57
В среднем в день:		22.88	19.99	79.67	590.14	0.30	9.37	27.37	1.12	115.22	293.81	104.15	5.11

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам.начальника производственного отдела





Г.Н. Мартынова

Г.Х.Шайдуллина

А. В. Каримова