

"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 07.11.2024г. по 09.11.2024 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.42,75,42л 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
Чт, 07 ноября 24			14,89	19,82	63,78	493,03	0,23	12,21	32,21	0,58	243,34	265,62	75,62	2,28
Завтрак			14,89	19,82	63,78	493,03	0,23	12,21	32,21	0,58	243,34	265,62	75,62	2,28
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.(кукур.)	75/15	9,32	12,32	2,69	158,91	0,05	0,02	2,25	0,23	191,77	113,3	16,66	0,53
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		66,76 руб.												
Пт, 08 ноября 24			24,16	10,96	69,82	474,53	0,27	0,45	14,99	1,43	62,69	257,16	54,59	5,92
Завтрак			24,16	10,96	69,82	474,53	0,27	0,45	14,99	1,43	62,69	257,16	54,59	5,92
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
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
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-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		66,76 руб.												
Сб, 09 ноября 24			32,5	28,52	75,9	690,38	0,82	79,3	10,74	1,83	117,31	450,87	136,78	9,03
Завтрак			32,5	28,52	75,9	690,38	0,82	79,3	10,74	1,83	117,31	450,87	136,78	9,03
ттк-66	Салат " Солнышко"	60	0,58	6,1	7,87	88,73	0,03	79,21	3,7	0,19	13,56	23,67	16,42	0,62
ТТК-84н	Котлеты "Татарские" с овощами(мекс. смесь)	75/15	12,48	17,12	10,65	246,64	0,08	0,02	6,94	0,39	23,22	226,14	40,69	1,95
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	150	16,96	4,98	37,41	262,32	0,66	0,02	0,00	1,25	67,78	167,91	64,77	5,16

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		66,76 руб.												
Итого			71,55	59,3	209,5	1 657,94	1,32	91,96	57,94	3,84	423,34	973,65	266,99	17,23

	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
		Белки	Жиры	Углев оды		B1	A	C	E	Ca	P	Mg	Fe
ИТОГО ЗА 3 дней		71,55	59,3	209,5	1 657,94	1,32	91,96	57,94	3,84	423,34	973,65	266,99	17,23
В среднем в день:		23,85	19,77	69,83	552,65	0,44	30,65	19,31	1,28	141,11	324,55	89,00	5,74

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

Стоимость питания

Категория питания: завтраки старшие

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
Чт, 07 ноября 24			16,05	22,7	74,34	565,87	0,26	20,32	53,55	0,74	278,33	300,26	90,36	3,04
Завтрак			16,05	22,7	74,34	565,87	0,26	20,32	53,55	0,74	278,33	300,26	90,36	3,04
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.(кукур.)	75/25	9,37	12,32	4,28	165,47	0,05	0,02	3,75	0,28	204,84	113,38	16,69	0,79
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 "Фрукдово-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		80,48 руб.												
Пт, 08 ноября 24			25,23	11,83	77,13	515,9	0,28	0,46	14,99	1,65	65,88	266,57	56,29	6,09
Завтрак			25,23	11,83	77,13	515,9	0,28	0,46	14,99	1,65	65,88	266,57	56,29	6,09
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
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
516/04	Макаронные изделия отварные	180	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-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		80,48 руб.												
Сб, 09 ноября 24			36,54	33,62	89,54	806,88	0,97	132,13	17,46	2,25	142,97	505,08	162,65	10,57
Завтрак			36,54	33,62	89,54	806,88	0,97	132,13	17,46	2,25	142,97	505,08	162,65	10,57
ттк-66	Салат " Солнышко"	100	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-84н	Котлеты "Татарские" с овощами(мекс. смесь)	75/25	12,74	17,15	11,56	251,52	0,08	0,04	11,2	0,43	26,29	230,99	42,65	2,04
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	180	20,35	5,98	44,89	314,78	0,79	0,03	0,00	1,5	81,33	201,49	77,73	6,2
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		80,48 руб.												
Итого			77,82	68,15	241,01	1 888,65	1,51	152,91	86	4,64	487,18	1 071,91	309,3	19,7

	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
ИТОГО ЗА 3 дней		77,82	68,15	241,01	1 888,65	1,51	152,91	86	4,64	487,18	1 071,91	309,3	19,7
В среднем в день:		25,94	22,72	80,34	629,55	0,50	50,97	28,67	1,55	162,39	357,30	103,10	6,57

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам.начальника производственного отдела





Г.Н. Мартынова

Г.Х.Шайдуллина

А. В. Каримова