"УТВЕРЖДАЮ" Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

'COI	ГЛАС	OBAHO"
------	------	--------

(№ образовательной организации)

(ФИО руководителя)

(подпись)

## Примерное недельное меню рационов питания учащихся 1-4 классов в образовательных организациях г. Набережные Челны с 24.11.2025г. по 29.11.2025 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 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

Стоимость питания 74,77руб./день;

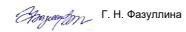
Категория питания: бесплатные горячие завтраки

2 группа

категория питания. Оесплатные торячие завтраки 2 труппа																
		Macca		ищевь		Энерг.		Витами	ины, мг		Минеральные веществ					
	Прием пищи, Наименование блюда	порции,	ве	щества	ι, Γ.	ценность					МГ					
№ НД		Г.				, ккал										
иялид			Белки	Жиры	Углев		B1	Α	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe		
					оды											
	Пн, 24 ноября 25		17,63	20,58	70,72	538,58	0,25	0,19	29,68	0,99	73,84	314,36	59,19	3,17		
	Завтрак		17,63	20,58	70,72	538,58	0,25	0,19	29,68	0,99	73,84	314,36	59,19	3,17		
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№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (горош.зел.)	75/15	11,21	12,43	12,84	208,1	0,1	0,01	1,21	0,46	13,93	161,94	24,72	1,78		
510/04	Каша ячневая вязкая	150	3,28	4,23	21,1	135,54	0,09	0,02	0,00	0,48	28,16	112,42	16,22	0,6		
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	74,77 руб.														
	Вт, 25 ноября 25		14,49	15,32	72,15	484,37	0,19	3,61	14,49	0,43	317,07	282,6	62,83	3,75		
	Завтрак		14,49	15,32	72,15	484,37	0,19	3,61	14,49	0,43	317,07	282,6	62,83	3,75		
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		
7/10	Сыр российский (порц)	10	2,86	2,76	0,00	36,25	0,00	0,03	0,07	0,04	106	63,6	5,83	0,00		
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№253н	Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным	200/18	2,86	5,77	23,07	155,66	0,00	0,35	2,55	0,05	6,07	7,42	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.														
	Ср, 26 ноября 25		32,29	16	82,25	602,16	0,25	88,14	5,05	2,55	65,55	282,75	128,6	3,96		
	Завтрак		32,29	16	82,25	602,16	0,25	88,14	5,05	2,55	65,55	282,75	128,6	3,96		
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		
TTK-53ĸ	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		
TTK - 181a	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-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	74,77 руб.												
	Чт, 27 ноября 25		20,12	11,25	79,85	501,12	0,36	25,67	67,2	0,8	84,98	375,77	115,63	4,54
	Завтрак		20,12	11,25	79,85	501,12	0,36	25,67	67,2	0,8	84,98	375,77	115,63	4,54
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	100	0,9	0,00	8,4	37,2	0,04	0,00	60	0,22	34	23	13	0,3
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
686/04	Чай с лимоном	200/7	0,27	0,06	15,28	62,73	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.												
	Пт, 28 ноября 25		16,86	27,06	68,14	583,61	0,29	1,64	33,96	0,47	189,91	324,26	86,08	3,9
	Завтрак		16,86	27,06	68,14	583,61	0,29	1,64	33,96	0,47	189,91	324,26	86,08	3,9
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
ттк№-200н	Зразы "Любимые " с сыром с овощами (фасоль стр.)	75/15	9,68	18,19	5,28	223,59	0,07	0,04	0,69	0,25	103,32	167,58	25,2	1,15
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-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	0,5	0,02	19,43	79,92	0,00	0,02	0,03	0,00	8,25	2,97	1,46	0,05
	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, 29 ноября 25		18,21	27,87	91,97	691,56	0,25	0,11	11,53	0,2	80,59	280,52	65,27	5,84
	Завтрак		18,21	27,87	91,97	691,56	0,25	0,11	11,53	0,2	80,59	280,52	65,27	5,84
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
TTK-475	Чай полусладкий с зефиром	200/40	0,52	0,05	36,38	148,05	0,00	0,05	0,1	0,00	8,55	11,45	4,4	0,94
	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		119,6	118,08	465,08	3 401,4	1,59	119,36	161,91	5,44	811,94	1 860,26	517,6	25,16

	Macca	Пищевые			Энерг.		Витамі	ины, мг		Минеральные вещества				
	порции,	вещества, г. ц			ценность					МГ				
	Г.				, ккал									
		Белки	Жиры	Углев		B1	Α	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe	
				оды										
ИТОГО ЗА 6 дней		119,6	118,08	465,08	3 401,4	1,59	119,36	161,91	5,44	811,94	1 860,26	517,6	25,16	
В среднем в день:		19,93	19,68	77,51	566,90	0,27	19,89	26,99	0,91	135,32	310,04	86,27	4,19	



Экономист по ценам

telle

Г.Х.Шайдуллина

Зам.начальника производственного отдела

Karl

А. В. Каримова

"УТВЕРЖДАЮ" Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

"СОГЛАСОВАНО"

(№ образовательной организации)

(ФИО руководителя)

(подпись)

\_ Р.И. Мусина

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

Стоимость питания

Категория питан	ия: завтраки старшие					2 группа											
		Macca	П	ищевь	ie	Энерг.		Витами	ины, мг		Минеральные вещества						
	Прием пищи, Наименование блюда	порции,	ве	щества	ι, Γ.	ценность					МГ						
		Г.				, ккал											
№ НД			Бепки	Жиры	Vгпев		B1	Α	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe			
			DCJIKN	имры			, D,			_	- Ca	'	ivig	10			
					оды												
	Пн, 24 ноября 25		18,87	23,86	80,77	613,29	0,28	0,3	48,97	1,24	96,53	348,98	67,52	3,55			
	Завтрак		18,87	23,86	80,77	613,29	0,28	0,3	48,97	1,24	96,53	348,98	67,52	3,55			
ттк-976	Салат из белокочанной капусты с кукурузой	100	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№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (горош.зел.)	75/25	11,24	12,44	15,2	217,69	0,1	0,01	1,65	0,58	15,17	164,19	24,74	1,84			
510/04	Каша ячневая вязкая	180	3,93	5,07	25,32	162,65	0,11	0,03	0,00	0,58	33,8	134,9	19,46	0,72			
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																
	Вт, 25 ноября 25		16,61	18,57	74,97	533,55	0,21	3,98	14,74	0,47	390,52	334,41	69,6	3,84			
	Завтрак		16,61	18,57	74,97	533,55	0,21	3,98	14,74	0,47	390,52	334,41	69,6	3,84			
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			
7/10	Сыр российский (порц)	15	4,29	4,13	0,00	54,38	0,00	0,04	0,11	0,06	159	95,4	8,75	0,00			
ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	200/5	6,78	8	27,99	211,12	0,13	3,54	2,08	0,16	200,95	195,69	38,45	0,86			
ттк№253н	Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным	200/18	2,86	5,77	23,07	155,66	0,00	0,35	2,55	0,05	6,07	7,42	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.															
	Ср, 26 ноября 25		33,74	21,06	94,79	703,61	0,28	140,94	7,51	2,89	78,3	307,78	141,29	4,55			
	Завтрак		33,74	21,06	94,79	703,61	0,28	140,94	7,51	2,89	78,3	307,78	141,29	4,55			
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			
TTK-53ĸ	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			
TTK - 181a	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-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.															

	Чт, 27 ноября 25		23,05	16,53	89,86	600,38	0,39	30,07	67,75	1,24	99,97	449,1	134,46	5,59
	Завтрак		23,05	16,53	89,86	600,38	0,39	30,07	67,75	1,24	99,97	449,1	134,46	5,59
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	100	0,9	0,00	8,4	37,2	0,04	0,00	60	0,22	34	23	13	0,3
ттк-№1021	Плов из говядины	50/200	19,6	16,2	51,27	429,26	0,3	30	4,45	1	50,02	391,19	105,6	3,94
686/04	Чай с лимоном	200/7	0,27	0,06	15,28	62,73	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.												
	Пт, 28 ноября 25		18,25	30,5	76,84	654,79	0,34	2,27	44	0,55	216,94	364,69	103,34	4,82
	Завтрак		18,25	30,5	76,84	654,79	0,34	2,27	44	0,55	216,94	364,69	103,34	4,82
52/11	Салат из свеклы отварной	100	1,82	6,12	10,67	104,97	0,02	1,09	12,12	0,12	44,84	52,12	26,66	1,7
ттк№-200н	Зразы "Любимые " с сыром с овощами (фасоль стр.)	75/25	9,68	18,2	5,28	223,6	0,07	0,04	0,69	0,25	103,69	167,65	25,22	1,15
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-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	0,5	0,02	19,43	79,92	0,00	0,02	0,03	0,00	8,25	2,97	1,46	0,05
	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, 29 ноября 25		19,92	30,68	96,38	741,37	0,27	0,12	12,69	0,22	87,46	307,42	70,78	6,3
	Завтрак		19,92	30,68	96,38	741,37	0,27	0,12	12,69	0,22	87,46	307,42	70,78	6,3
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	110	0,44	0,44	9,9	45,32	0,03	0,06	11	0,22	18,37	12,1	8,8	2,2
392/11	Пельмени мясные отварные с маслом	200/3	16,68	29,92	35,19	476,81	0,19	0,01	1,59	0,00	52,74	258,97	47,08	2,68
TTK-475	Чай полусладкий с зефиром	200/40	0,52	0,05	36,38	148,05	0,00	0,05	0,1	0,00	8,55	11,45	4,4	0,94
	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		130,44	141,2	513,61	3 846,99	1,77	177,68	195,66	6,61	969,72	2 112,38	586,99	28,65

	Масса порции,	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность	Витамины, мг				Минеральные вещества мг				
	Г.													
		Белки	елки Жиры Угле			B1 A C E		E	Ca	Р	Mg	Fe		
				оды										
ИТОГО ЗА 6 дней		130,44	141,2	513,61	3 846,99	1,77	177,68	195,66	6,61	969,72	2 112,38	586,99	28,65	
В среднем в день:		21,74	23,53	85,60	641,17	0,30	29,61	32,61	1,10	161,62	352,06	97,83	4,78	

Зам. Ген. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам.начальника производственного отдела

 Свизация
 Г. Н. Фазуллина

 tilley
 Г.Х.Шайдуллина

 Kaff
 А. В. Каримова