

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"



Р.И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

(№ образовательной организации)

(ФИО руководителя)

(подпись)

Примерное меню питания учащихся летних пришкольных лагерей г. Набережные Челны с 26.06.2023г. по 30.06.2023 г.

Стоимость питания 173руб./день;

№ 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, 26 июня 23			47,07	48,33	173,08	1 315,52	0,86	69,97	98,74	1,83	754,57	1 031,65	275,22	10,94
Завтрак			15,45	11,8	69,66	446,68	0,3	2,36	15,03	0,96	342,14	391,57	97,94	5,62
	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
7/10	Сыр голландск.(порц)	15	4,42	4,16	0,00	55,11	0,00	0,00	0,12	0,07	165	99	9,08	0,12
311/2004	Каша молочная пшеничная с маслом	200/5	8,01	6,78	37,54	243,26	0,21	2,24	1,31	0,62	141,84	244,57	63,16	1,5
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"	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
Обед			25,57	31,13	94,78	761,49	0,47	67,61	81,98	0,87	153,23	428,4	144,88	5,1
ТТК-390	Салат " Веснушка "	60	1,54	6,05	6,45	86,38	0,05	38,69	9,31	0,13	22,22	43,98	17,19	0,58
110/04	Борщ с капустой и карт. с цыпл. со смет. с укропом	250/25/10/1	7,55	7,94	13,84	156,99	0,1	28,34	31,66	0,36	58,82	124,24	38,12	1,84
ТТк-89н	Биточки рыбные "Морячка" с маслом	2/50/3	8,86	11,87	4,89	161,87	0,06	0,04	1,19	0,16	13,83	97,57	30,22	0,58
520/04	Пюре картофельное	150	3,31	4,6	15,04	114,76	0,21	0,54	39,82	0,22	50,56	137,71	48,85	1,62
ТТК-950	Напиток "Лимонный"	200	0,00	0,00	23,95	95,81	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
	Хлеб "Дарницкий"	1/36,25	2,03	0,4	15,7	74,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Полдник			6,05	5,4	8,64	107,35	0,09	0,00	1,73	0,00	259,2	211,68	32,4	0,22
	Ацидофилин с кеком для детского питания	200/28	6,05	5,4	8,64	107,35	0,09	0,00	1,73	0,00	259,2	211,68	32,4	0,22
Итого стоимость питания в день		173 руб.												
Вт, 27 июня 23			65,91	44,71	231,73	1 592,89	0,81	56,34	151,57	2,88	454,19	958,37	242,98	9,39
Завтрак			37,22	13,97	100,19	675,36	0,23	4,54	101,84	0,94	305,2	401,89	74,38	2,2
	Десерт фруктовый Апельсин	167	1,5	0,00	14,03	62,12	0,07	0,00	100,2	0,37	56,78	38,41	21,71	0,5
ТТК-358	Сырники из творога со сгущ.молоком	150/30	33,34	13,7	49,77	455,75	0,11	4,54	0,68	0,57	237,26	334,26	40,73	1,12
ТТК-272н	Кисель из концентрата полусладкий	200	0,1	0,00	21,48	86,3	0,00	0,00	0,96	0,00	3,36	4,32	1,44	0,1
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
Обед			27,29	30,74	107,14	814,33	0,56	51,8	35,73	1,94	114,99	520,48	156,6	6,59
ТТК-359 н	Винегрет из овощей (без лука)	60	1,59	4,67	5,52	70,52	0,04	25,1	9,08	0,12	22,65	40,69	18,79	0,76
139/04	Суп картофельный с бобовыми с укропом	250/1	6,09	4,07	18,01	132,98	0,28	26,63	19,56	0,52	37,81	110,52	44,32	2,29
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
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-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из кураги	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"	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
	Хлеб "Дарницкий"	1/36,25	2,03	0,4	15,7	74,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Полдник			1,4	0,00	24,4	103,2	0,02	0,00	14	0,00	34	36	12	0,6
	Сок 0,2 с печеньем "Топленое Молоко"20 г	200/20	1,4	0,00	24,4	103,2	0,02	0,00	14	0,00	34	36	12	0,6
Итого стоимость питания в день		173 руб.												
Чт, 29 июня 23			69,27	46,26	231,98	1 621,26	0,92	73,63	90,87	3,76	698,05	1 073,19	325,22	12,43
Завтрак			10,62	6,86	79,45	422,11	0,3	2,49	17,71	0,5	171,41	234,36	73,73	5,17
	Десерт фруктовый Яблоко	131	0,52	0,52	11,79	53,97	0,04	0,07	13,1	0,26	21,88	14,41	10,48	2,62

[illegible]

	Масса порции, г	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
		Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Са	Р	Mg	Fe
ИТОГО ЗА 4 дней		224,00	232,00	996,00	7028,00	3,16	1,99	172,40	28,68	3276,00	3276,00	732,00	32,40
В среднем в день:		56,00	58,00	249,00	1 757,00	0,79	0,498	43,10	7,17	819,00	819,00	183,00	8,10

Примечание:

- 1) С 1 марта заменяется на салат из овощей урожая прошлого года, в которых овощи проходят термическую обработку или используются овощи нового урожая.
- 2) Допускается изменение массы порции блюд в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 приложение 9, таблица 1
- 3) Разрешается проводить замену блюд, согласно ассортимента продукции, реализуемой в пищеблоках образовательных организаций (согласно п.8.1.5. СанПиН 2.3/2.4.3590-20)
- 4) При включении в меню яйца вареного норма выхода должна составлять не менее 1шт яйца-40гр.

Зам. директора по производству и качеству

Г.Н. Мартынова

Зав. Производством:

Экономист по ценам

Л.В. Леонтьева

Зам. начальника производственного отдела

А.В.Каримова

Мед. Работник:

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р.И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

(№ образовательной организации)

(ФИО руководителя)

(подпись)

Примерное меню питания учащихся летних пришкольных лагерей г. Набережные Челны на 03.07.2023г.

Стоимость питания 173руб./день:

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность б. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белк и	Жиры	Углев оды		В1	А	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe
Пн, 03 июля 23			46,12	57,77	191,58	1 470,69	0,77	68,6	63,1	2,95	528,26	922,22	276,31	12,55
Завтрак			15,13	12,98	80,4	498,95	0,33	3,73	15,98	0,98	310,98	391,53	96,67	5,23
	Десерт фруктовый Яблоко	138	0,55	0,55	12,42	56,86	0,04	0,07	13,8	0,28	23,05	15,18	11,04	2,76
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	3,79	5,27	14,98	122,5	0,05	0,02	0,04	0,02	63,5	59,1	13,52	0,53
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	7,99	5,33	37,51	230,02	0,21	2,23	1,31	0,62	141,36	243,97	63,15	1,49
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	200	2,8	1,83	15,49	89,57	0,03	1,41	0,83	0,06	83,07	73,28	8,96	0,45
Обед			29,18	38,91	101,67	873,54	0,44	64,87	47,12	1,97	217,28	530,69	179,64	7,32
ТТК-390	Салат " Веснушка "	60	1,54	6,05	6,45	86,38	0,05	38,69	9,31	0,13	22,22	43,98	17,19	0,58
110/2004	Борщ с кап. и карт.с мясными фрикадельками Останк.со сметаной	250/25/5	8,1	9,13	13,74	169,54	0,1	26	30,59	0,6	61,98	166	46,06	2,12
ттк№-200н	Зразы "Любимые " с сыром с овощами (мекс.смесь)	75/15	10,07	18,23	6,63	230,91	0,08	0,05	7,07	0,3	107,38	174,74	28,1	1,27
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-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из кураги	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"	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
	Хлеб "Дарницкий"	1/36,25	2,03	0,4	15,7	74,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Полдник			1,81	5,88	9,51	98,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Десерт Мороженое пломб.ГОСТ.в вафлях 70г	70	1,81	5,88	9,51	98,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого стоимость питания в день		173 руб.												
Итого			46,12	57,77	191,58	1 470,69	0,77	68,6	63,1	2,95	528,26	922,22	276,31	12,55

	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
		Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Са	Р	Mg	Fe
ИТОГО ЗА 1 дней		57,60	59,10	251,00	1 762,40	0,88	0,520	44,98	7,48	824,89	824,89	187,40	8,87
В среднем в день:		57,60	59,10	251,00	1 762,40	0,88	0,520	44,98	7,48	824,89	824,89	187,40	8,87

Примечание:

- 1) С 1 марта заменяется на салат из овощей урожая прошлого года, в которых овощи проходят термическую обработку или используются овощи нового урожая.
- 2) Допускается изменение массы порции блюд в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 приложение 9, таблица 1
- 3) Разрешается проводить замену блюд,согласно ассортимента продукции, реализуемой в пищеблоках образовательных организаций (согласно п.8.1.5.СанПиН 2.3/2.4.3590-20)
- 4) При включении в меню яйца вареного норма выхода должна составлять не менее 1шт яйца-40гр.

Зам. директора по производству и качеству

Марина

Г.Н. Мартынова

Зав. Производством:

Экономист по ценам

Андрей

Л.В. Леонтьева

Зам. начальника производственного отдела

Карим

А.В.Каримова

Мед. Работник: