

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

 В.П. Гусева

"СОГЛАСОВАНО"

(№ образовательной организации)

(ФИО руководителя)

(подпись)

Примерное недельное меню рационов питания учащихся 1-4 классов в образовательных организациях г.

Набережные Челны с 02.05.2023г. по 06.05.2023 г.

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

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
Вт, 02 мая 23			20,65	11,82	68,77	464,06	0,24	0,07	123,27	0,71	138,06	197,05	101,48	3,37
Завтрак			20,65	11,82	68,77	464,06	0,24	0,07	123,27	0,71	138,06	197,05	101,48	3,37
	Десерт фруктовый Апельсин	200	1,8	0,00	16,8	74,4	0,08	0,00	120	0,44	68	46	26	0,6
ТТК-89н	Котлеты рыбные "Морячка" с овощами (кукур.конс.)	75/15	14,06	7,37	9,03	158,7	0,00	0,00	3,17	0,01	42,05	10,32	23,08	0,77
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-475	Чай полусладкий с пряником	200/28	0,2	0,05	5,06	21,49	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, 03 мая 23			20,71	26,81	67,86	595,67	0,29	0,65	7,27	0,59	279,92	316,06	120,66	4,32
Завтрак			20,71	26,81	67,86	595,67	0,29	0,65	7,27	0,59	279,92	316,06	120,66	4,32
35/2010	Салат из свеклы с яблоком	60	0,89	3,12	8,21	64,49	0,02	0,5	7,24	0,09	23,19	25,46	13,45	1,12
тتك № 184н	Колбасные изделия отварные (сосиски) с маслом	100/3	12,39	18,65	0,45	219,27	0,06	0,03	0,00	0,21	231,03	152,31	22,26	0,21
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-257н	Напиток "Фруктово-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		64,19 руб.												
Чт, 04 мая 23			11,1	13,58	83,17	499,31	0,17	0,7	11,4	0,43	81,03	119,74	41,72	4,67
Завтрак			11,1	13,58	83,17	499,31	0,17	0,7	11,4	0,43	81,03	119,74	41,72	4,67
	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
ТТК - 341к	Творожник "Зебра" со сгущенным молоком	150/30	5,93	8,05	38,9	251,78	0,09	0,59	0,3	0,21	49,91	74,49	18,02	1,17
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, 05 мая 23			31,87	9,33	73,21	504,33	0,24	9,61	12,45	1,87	62,61	281,75	119,25	3,46
Завтрак			31,87	9,33	73,21	504,33	0,24	9,61	12,45	1,87	62,61	281,75	119,25	3,46
ТТК-294н	Огурец свежий порциями	60	0,49	0,06	1,53	8,63	0,02	0,01	6,12	0,06	14,08	25,7	8,57	0,37
ТТК-53к	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
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-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.												
Сб, 06 мая 23			31,15	23,54	86,65	683,12	0,85	0,12	79,16	1,81	237,24	403,24	123,11	7,74
Завтрак			31,15	23,54	86,65	683,12	0,85	0,12	79,16	1,81	237,24	403,24	123,11	7,74

	Десерт фруктовый Апельсин	120	1,08	0,00	10,08	44,64	0,05	0,00	72	0,26	40,8	27,6	15,6	0,36
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
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-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200	0,76	0,06	17,62	74,06	0,01	0,05	0,09	0,00	13,48	8,09	4,14	0,47
	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			115,48	85,08	379,66	2 746,49	1,79	11,15	233,55	5,41	798,86	1 317,84	506,22	23,56

	Масса порции, г	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
		Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Са	Р	Мg	Fe
ИТОГО ЗА 5 дней		115,48	85,08	379,66	2 746,49	1,79	11,15	233,55	5,41	798,86	1 317,84	506,22	23,56
В среднем в день:		23,10	17,02	75,93	549,30	0,36	2,23	46,71	1,08	159,77	263,57	101,24	4,71

Зам. директора по производству и качеству		Г.Н. Мартынова
Экономист по ценам		Н.В. Журавлева
Зам. начальника производственного отдела		А.В.Каримова
"УТВЕРЖДАЮ"		"СОГЛАСОВАНО"
Генеральный директор		(№ образовательной организации)
ООО "Школьное питание"		(ФИО руководителя)
 _____ В.П. Гусева		(подпись)

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

Стоимость питания 77,34руб
2 группа

Категория питания: завтраки старшие

№ 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	Ca	P	Mg
Вт, 02 мая 23			74,29	21,52	12,65	85,43	541,65	0,27	0,1	127,27	0,78	156,66	228,28	110,37
Завтрак			74,29	21,52	12,65	85,43	541,65	0,27	0,1	127,27	0,78	156,66	228,28	110,37
	Десерт фруктовый Апельсин	200	25,10	1,8	0,00	16,8	74,4	0,08	0,00	120	0,44	68	46	26
ТТК-89н	Котлеты рыбные "Морячка" с овощами (кукур.конс.)	75/25	31,72	14,4	7,37	10,87	167,39	0,01	0,00	3,97	0,01	49,09	17,19	23,19
510/04	Каша рисовая вязкая	180	8,67	2,77	4,95	27,57	165,94	0,13	0,03	0,00	0,31	23,62	130,18	45,32
686/04	Чай с лимоном с пряником в ассортименте	200/7/28	6,43	0,27	0,06	15,28	62,73	0,00	0,07	3,3	0,02	8,15	10,01	5,36
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,37	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5
Ср, 03 мая 23			72,27	26,34	35,33	69,89	703,01	0,33	1,15	11,14	0,74	460,34	457,46	153,9
Завтрак			72,27	26,34	35,33	69,89	703,01	0,33	1,15	11,14	0,74	460,34	457,46	153,9

31/10	Салат из свеклы с сыром	100	17,23	6,08	9,26	9,7	146,46	0,03	0,99	11,14	0,18	209,45	147,14	33,54
ттк № 1н	Колбасные изделия отварные (сосиски) с маслом	100/5	40,74	12,41	20,1	0,48	232,51	0,06	0,04	0,00	0,21	231,51	152,91	22,27
510/04	Каша гречневая вязкая	180	7,33	5,57	5,7	29,83	192,97	0,19	0,12	0,00	0,35	11,58	132,51	87,59
ТТК-503	Напиток "Флодово-ягодный" ассорти	200	4,60	0,00	0,00	14,97	59,88	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,37	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5
Чт, 04 мая 23			98,79	16,83	21,82	121,45	749,5	0,21	2,19	14,17	0,54	164,44	178,48	49,29
Завтрак			98,79	16,83	21,82	121,45	749,5	0,21	2,19	14,17	0,54	164,44	178,48	49,29
	Десерт фруктовый Яблоко	128	10,38	0,51	0,51	11,52	52,74	0,04	0,06	12,8	0,26	21,38	14,08	10,24
ТТК - 341к	Творожник "Зебра" со сгущённым молоком	150/50	72,08	7,38	9,75	50	317,24	0,09	0,59	0,3	0,21	49,91	74,49	18,02
ТТК №839к	Напиток из цикория с молоком с печ. сах в ассорт.	200/30	13,96	6,66	11,29	45,02	308,33	0,03	1,54	1,07	0,07	85,35	65,01	10,53
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,37	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5
Пт, 05 мая 23			62,49	33,62	16,27	84,24	617,85	0,26	8,97	11,04	2,68	77,09	310,49	127,39
Завтрак			62,49	33,62	16,27	84,24	617,85	0,26	8,97	11,04	2,68	77,09	310,49	127,39
ттк №488н	Салат из св.огурцов	100	15,29	0,78	6,09	2,42	67,61	0,03	0,01	9,69	0,1	24,5	41,15	13,7
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	29,82	23,62	4,59	3,68	150,56	0,08	8,9	1,2	0,64	17,39	177,31	88,17
516/04	Макаронные изделия отварные	180	7,63	6,43	5,24	43,85	248,26	0,1	0,03	0,00	1,29	19,15	56,48	10,22
ТТК-268н	Компот "Флодово-ягодный" из кураги	200	7,38	0,51	0,08	19,38	80,23	0,00	0,03	0,15	0,65	8,25	10,65	4,8
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,37	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5
Сб, 06 мая 23			76,86	37,9	24,86	118,91	850,95	1,07	0,12	114,78	2,17	277,96	479,68	155,24
Завтрак			76,86	37,9	24,86	118,91	850,95	1,07	0,12	114,78	2,17	277,96	479,68	155,24
	Десерт фруктовый Апельсин	190	23,84	1,71	0,00	15,96	70,68	0,08	0,00	114	0,42	64,6	43,7	24,7
ТТК-200н	Зразы "Любимые" с сыром с овощами (брокколи)	75/25	39,24	12,8	18,55	25,53	320,24	0,14	0,04	0,69	0,25	110,75	201,5	38,17
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	180	7,60	20,35	5,98	44,89	314,78	0,79	0,03	0,00	1,5	81,33	201,49	77,73
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200	3,81	0,76	0,06	17,62	74,06	0,01	0,05	0,09	0,00	13,48	8,09	4,14
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,37	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5
Итого			384,7	136,21	110,93	479,92	3 462,96	2,14	12,53	278,4	6,91	1 136,49	1 654,39	596,19

	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Са	Р	Мг
ИТОГО ЗА 5 дней		384,7	136,21	110,93	479,92	3 462,96	2,14	12,53	278,4	6,91	1 136,49	1 654,39	596,19
В среднем в день:		76,94	27,24	22,19	95,98	692,59	0,43	2,51	55,68	1,38	227,30	330,88	119,24

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам. начальника производственного отдела







Г.Н. Мартынова

Н.В. Журавлева

А.В.Каримова

5./день:

ва, мг
Fe
3,66
3,66
0,6
0,83
0,88
0,87
0,48
5,34
5,34

1,69
0,22
2,95
0,00
0,48
4,31
4,31
2,56
1,17
0,1
0,48
4,09
4,09
0,6
1,56
1,04
0,41
0,48
9,49
9,49
0,57
1,77
6,2
0,47
0,48
26,89

Ba, мг
Fe
26,89
5,38