

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

 В.П. Гусева

"СОГЛАСОВАНО"

(№ образовательной организации)

(ФИО руководителя)

(подпись)

Стоимость питания
64,19руб./день;

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

Набережные Челны с 03.04.2023г. по 08.04.2023 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

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			
			Белк и	Жиры	Углев оды			B1	A	C	E	Ca	P	Mg
Пн, 03 апреля 23			19,83	20,5	89,7	622,59	0,26	0,04	18	1,28	237,1	242,63	59,09	2,66
Завтрак			19,83	20,5	89,7	622,59	0,26	0,04	18	1,28	237,1	242,63	59,09	2,66
ТТК-357н	Салат "Капуста квашеная" (б/лука)	60	1,08	3,33	5,13	54,8	0,01	0,00	18	0,06	28,8	18,6	9,6	0,36
ттк №358н	Колбасные изд. отварные (сосиски) с овощ.(броккол)	75/15	11,11	12,53	12,46	207,07	0,09	0,02	0,00	0,15	176,96	133,61	24,44	0,53
516/04	Макаронные изделия отварные	150	5,36	4,37	36,54	206,89	0,09	0,02	0,00	1,07	11,54	46,17	8,25	0,84
ТТК-268н	Компот "Флодово-ягодный" из изюма	200	0,00	0,00	20,66	82,64	0,02	0,00	0,00	0,00	12	19,35	6,3	0,45
	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.												
Вт, 04 апреля 23			20,14	13,04	58,81	433,22	0,25	1,05	44,52	0,41	109,34	149,07	81,74	5,33
Завтрак			20,14	13,04	58,81	433,22	0,25	1,05	44,52	0,41	109,34	149,07	81,74	5,33
	Десерт фруктовый Яблоко	101	0,4	0,4	9,09	41,61	0,03	0,05	10,1	0,2	16,87	11,11	8,08	2,02
ТТК-89н	Котлеты рыбные "Морячка" с овощами (мекс. смесь)	75/15	13,95	7,41	7,63	152,99	0,01	0,02	8,35	0,06	36,09	7,27	25,84	0,81
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-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		64,19 руб.												
Ср, 05 апреля 23			23,88	10,97	64,31	451,56	0,33	0,15	8,59	0,46	55,93	330,75	117,19	5,43
Завтрак			23,88	10,97	64,31	451,56	0,33	0,15	8,59	0,46	55,93	330,75	117,19	5,43
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
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
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 "Флодово-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, 06 апреля 23			11,06	13,54	82,27	495,19	0,17	0,69	10,4	0,41	79,36	118,64	40,92	4,47
Завтрак			11,06	13,54	82,27	495,19	0,17	0,69	10,4	0,41	79,36	118,64	40,92	4,47
	Десерт фруктовый Яблоко	100	0,4	0,4	9	41,2	0,03	0,05	10	0,2	16,7	11	8	2
ТТК - 341к	Творожник "Зебра" со сгущённым 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, 07 апреля 23			31,03	14	80,39	571,84	0,33	10,31	14,08	1,25	85,57	421,68	181,95	4,47
Завтрак			31,03	14	80,39	571,84	0,33	10,31	14,08	1,25	85,57	421,68	181,95	4,47
52/11	Салат из свеклы отварной	60	1.16	3,67	6,82	65	0,02	0.7	7,75	0,08	28,68	33,33	17,05	1.09

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
511/04	Рис отварной	150	3,85	5,43	38,43	218,03	0,18	0,03	0,00	0,43	24,32	179,37	62,74	1,16
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, 08 апреля 23			30,7	23,49	75,5	636,27	0,84	0,11	73,99	1,76	237,98	407,12	120,81	8,09
Завтрак			30,7	23,49	75,5	636,27	0,84	0,11	73,99	1,76	237,98	407,12	120,81	8,09
	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 (кукур.конс.)	75/15	10,18	18,19	8,04	236,62	0,08	0,04	1,89	0,25	113,34	177,78	25,34	1,24
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	150	16,96	4,98	37,41	262,32	0,66	0,02	0,00	1,25	71,09	168,59	64,97	5,19
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		64,19 руб.												
Итого			136,64	95,54	450,98	3 210,67	2,18	12,35	169,58	5,57	805,28	1 669,89	601,7	30,45

	Масса порции, г	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
		Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe
ИТОГО ЗА 6 дней		136,64	95,54	450,98	3 210,67	2,18	12,35	169,58	5,57	805,28	1 669,89	601,7	30,45
В среднем в день:		22,77	15,92	75,16	535,11	0,36	2,06	28,26	0,93	134,21	278,32	100,28	5,08

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

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

Стоимость питания 77,34ру

Категория питания: завтраки старшие

2 группа

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценнос ть, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещес		
					Белк и	Жиры		Углевод		В1	А	С	Е	Ca
Пн, 03 апреля 23			64,29	22,92	31,16	88,44	725,93	0,25	0,07	30	1,6	318,46	284,64	65,29
Завтрак			64,29	22,92	31,16	88,44	725,93	0,25	0,07	30	1,6	318,46	284,64	65,29
ТТК-357н	Салат "Капуста квашеная" (б/лука)	100	9,14	1,8	5,55	8,54	91,33	0,02	0,00	30	0,1	48	31	16
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
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 "Фруктово-ягодный" из изюма	200	4,41	0,00	0,00	20,66	82,64	0,02	0,00	0,00	0,00	12	19,35	6,3

	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
Вт, 04 апреля 23			76,75	22,64	13,64	73,54	507,51	0,35	1,2	175,87	0,75	179,08	212,92	110,79
Завтрак			76,75	22,64	13,64	73,54	507,51	0,35	1,2	175,87	0,75	179,08	212,92	110,79
	Десерт фруктовый Апельсин	220	27,61	1,98	0,00	18,48	81,84	0,09	0,00	132	0,48	74,8	50,6	28,6
ТТК-89н	Котлеты рыбные "Морячка" с овощами (мекс. смесь)	75/25	27,87	14,21	7,43	8,54	157,87	0,01	0,03	12,61	0,09	39,17	12,12	27,79
520/04	Пюре картофельное	180	17,89	3,97	5,89	26,55	175,11	0,2	1,12	31,16	0,18	52,36	117,05	39,5
ТТК-475	Чай полусладкий	200	1,01	0,2	0,05	5,06	21,5	0,00	0,05	0,1	0,00	4,95	8,25	4,4
	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, 05 апреля 23			97,69	18,79	12,35	72,01	474,43	0,38	6,17	13,86	0,56	74,12	305,38	130,54
Завтрак			97,69	18,79	12,35	72,01	474,43	0,38	6,17	13,86	0,56	74,12	305,38	130,54
ТТК-294н	Огурец свежий порциями	100	18,70	0,82	0,1	2,55	14,38	0,03	0,01	10,2	0,1	23,46	42,84	14,28
433/2004	Мясо тушеное	100	65,90	9,62	6,26	5,29	115,97	0,11	6,02	3,63	0,11	23,03	102,16	16,71
510/04	Каша гречневая вязкая	180	7,58	5,57	5,7	29,83	192,97	0,19	0,12	0,00	0,35	11,58	132,51	87,59
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	3,14	0,5	0,02	19,43	79,92	0,00	0,02	0,03	0,00	8,25	2,97	1,46
	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, 06 апреля 23			89,84	12,69	15,42	97,42	579,19	0,18	0,71	14,9	0,5	86,88	123,59	44,52
Завтрак			89,84	12,69	15,42	97,42	579,19	0,18	0,71	14,9	0,5	86,88	123,59	44,52
	Десерт фруктовый Яблоко	145	11,45	0,58	0,58	13,05	59,74	0,04	0,07	14,5	0,29	24,22	15,95	11,6
ТТК - 341к	Творожник "Зебра" со сгущённым молоком	150/50	72,60	7,38	9,75	50	317,24	0,09	0,59	0,3	0,21	49,91	74,49	18,02
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/15	3,42	2,45	4,82	19,46	131,02	0,00	0,05	0,1	0,00	4,95	8,25	4,4
	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, 07 апреля 23			55,92	32,58	17,54	92,63	658,79	0,38	10,78	19,25	1,39	109,56	479,78	205,87
Завтрак			55,92	32,58	17,54	92,63	658,79	0,38	10,78	19,25	1,39	109,56	479,78	205,87
52/11	Салат из свеклы отварной	100	5,37	1,94	6,12	11,37	108,34	0,03	1,16	12,92	0,13	47,8	55,56	28,42
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	29,80	23,62	4,59	3,68	150,56	0,08	8,9	1,2	0,64	17,39	177,31	88,17
511/04	Рис отварной	180	12,72	4,62	6,52	46,12	261,64	0,22	0,04	0,00	0,52	29,19	215,24	75,29
ТТК-265н	Компот "Фруктово-ягодный" из красной смородины	200	5,66	0,12	0,04	16,55	67,06	0,00	0,68	5,13	0,1	7,38	6,77	3,49
	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, 08 апреля 23			76,56	33,84	24,93	94,4	737,28	0,95	0,19	16,49	1,99	239,18	433,42	127,68
Завтрак			76,56	33,84	24,93	94,4	737,28	0,95	0,19	16,49	1,99	239,18	433,42	127,68
	Десерт фруктовый Яблоко	105	8,29	0,42	0,42	9,45	43,26	0,03	0,05	10,5	0,21	17,54	11,55	8,4
ттк№-200н	Зразы "Любимые " с сыром с овощами (кукур.конс.)	75/25	42,79	10,52	18,2	9,87	245,31	0,08	0,04	2,69	0,26	120,38	184,66	25,46
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	180	7,62	20,35	5,98	44,89	314,78	0,79	0,03	0,00	1,5	85,31	202,3	77,96
686/04	Чай с лимоном с зефиром	200/7/43	15,49	0,27	0,06	15,28	62,74	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
Итого			461,05	143,46	115,04	518,44	3 683,13	2,49	19,12	270,37	6,79	1 007,28	1 839,73	684,69

	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг		
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Са	Р	Mg
ИТОГО ЗА 6 дней		461,05	143,46	115,04	518,44	3 683,13	2,49	19,12	270,37	6,79	1 007,28	1 839,73	684,69
В среднем в день:		76,84	23,91	19,17	86,41	613,86	0,42	3,19	45,06	1,13	167,88	306,62	114,12

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам





Г.Н. Мартынова

Н.В. Журавлева

Зам. начальника производственного отдела

№ 11

Карим

А.В.Каримова

6./день:

твa, мГ
Fe
2,79
2,79
0,6
0,22
1,04
0,45

0,48
4,3
4,3
0,66
0,9
1,44
0,82
0,48
5,41
5,41
0,61
1,32
2,95
0,05
0,48
5,37
5,37
2,9
1,17
0,82
0,48
5,42
5,42
1,81
1,56
1,39
0,18
0,48
10,98
10,98
2,1
1,3
6,23
0,87
0,48
34,27

гBa, мг
Fe
34,27
5,71