

"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 10.04.2023г. по 15.04.2023 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

**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				
			Белк и	Жиры	Углев оды			В1	А	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe
Пн, 10 апреля 23				19,67	20,78	77,62	576,21	0,34	0,11	19,76	0,64	80,89	342,15	124,25	5,52
Завтрак				19,67	20,78	77,62	576,21	0,34	0,11	19,76	0,64	80,89	342,15	124,25	5,52
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	
тнк№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (кукур.конс.)	75/15	11,66	12,43	12,06	206,78	0,1	0,01	1,76	0,29	22,64	168,88	24,86	1,77	
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 "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, 11 апреля 23				18,17	18,23	98,85	632,21	0,32	4,28	16,94	0,76	403,37	406,28	98,41	5,03
Завтрак				18,17	18,23	98,85	632,21	0,32	4,28	16,94	0,76	403,37	406,28	98,41	5,03
	Десерт фруктовый Яблоко	146	0,58	0,58	14,31	64,82	0,04	0,73	14,6	0,29	23,36	16,06	13,14	3,21	
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	
ТТК-270	Каша молочная вязкая "Дружба" с маслом	180/5	6,48	6,7	39,01	242,29	0,2	2,01	1,14	0,33	121,86	201,31	55,16	1,12	
ТТК №839к	Напиток из цикория с молоком с печ. сах в ассорт.	200/15	4,41	6,52	30,62	198,8	0,03	1,54	1,08	0,07	85,35	65,01	10,53	0,1	
	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, 12 апреля 23				7,09	19,63	64,9	464,58	0,23	1,59	33,36	0,89	85,15	161,55	61,9	3,27
Завтрак				7,09	19,63	64,9	464,58	0,23	1,59	33,36	0,89	85,15	161,55	61,9	3,27
35/2010	Салат из свеклы с яблоком	60	0,89	3,12	8,35	65,06	0,02	0,58	7,24	0,09	23,07	25,46	13,63	1,16	
ТТК-491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая с маслом	2/40/10	0,1	11,25	0,14	102,17	0,00	0,05	0,00	0,00	2,4	3	0,05	0,02	
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-268н	Компот "Флодово-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"	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, 13 апреля 23				33,08	13,66	78,58	569,61	0,41	26,16	123,79	1,12	189,82	483,07	200,73	4,77
Завтрак				33,08	13,66	78,58	569,61	0,41	26,16	123,79	1,12	189,82	483,07	200,73	4,77
	Десерт фруктовый Апельсин	200	1,8	0,4	16,2	75,6	0,08	1,6	120	0,00	68	46	26	0,6	
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	27,35	11,69	40,01	374,68	0,26	23,41	3,04	1,07	49,07	358,92	152,83	2,82	
ТТК - 437	Чай полусладкий с молоком с пряником	200/28	1,65	1,3	7,46	48,14	0,02	1,15	0,75	0,05	64,95	53,25	11,4	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			64,19 руб.												
Пт, 14 апреля 23				26	21,13	80,47	616,05	0,28	2,44	12,5	1,39	86,35	303,27	65,43	4,72
Завтрак				26	21,13	80,47	616,05	0,28	2,44	12,5	1,39	86,35	303,27	65,43	4,72

ттк-996	Салат "Бобовое зёрнышко"	60	2,11	3,17	8,79	72,15	0,04	0,53	6,14	0,09	32,71	53,75	19,07	1,18
ттк-992	Мясо "Нежное" в соусе	50/50	16,13	13,28	3,68	198,76	0,1	1,21	1,23	0,13	22,5	170,78	23,85	2,01
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, 15 апреля 23			17,92	27,9	84,5	660,76	0,25	0,6	12,23	0,21	77,41	278,09	66,9	6,07
Завтрак			17,92	27,9	84,5	660,76	0,25	0,6	12,23	0,21	77,41	278,09	66,9	6,07
	Десерт фруктовый Яблоко	107	0,43	0,43	10,49	47,51	0,03	0,54	10,7	0,21	17,12	11,77	9,63	2,35
440/2010	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
686/04	Чай с лимоном с мармеладом	200/7/16	0,2	0,05	27,42	110,94	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			121,93	121,33	484,92	3 519,42	1,83	35,18	218,58	5,01	922,99	1 974,41	617,62	29,38

	Масса порции, г	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
		Белк и	Жиры	Углев оды		В1	А	С	Е	Са	Р	Mg	Fe
ИТОГО ЗА 6 дней		121,93	121,33	484,92	3 519,42	1,83	35,18	218,58	5,01	922,99	1 974,41	617,62	29,38
В среднем в день:		20,32	20,22	80,82	586,57	0,31	5,86	36,43	0,84	153,83	329,07	102,94	4,90

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам. начальника производственного отдела

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

В.П. Гусева

Г.Н. Мартынова

Н.В. Журавлева

А.В.Каримова

«СОГЛАСОВАНО»

(№ образовательной организации)

(ФИО руководителя)

(подпись)

Стоимость питания 77,34руб./день;

2 группа

Примерное недельное меню рационов питания учащихся 5-11 классов в образовательных организациях г.Набережные												Стоимость питания 77,34руб./день:			
Категория питания: завтраки старшие															
№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценно сть, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Белк и	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe
Пн, 10 апреля 23			65,48	21,65	23,96	87,83	653,6	0,38	0,13	32,56	0,74	109,07	383,52	145,36	6,31

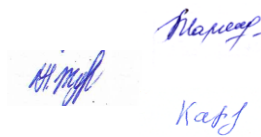
Завтрак			65,48	21,65	23,96	87,83	653,6	0,38	0,13	32,56	0,74	109,07	383,52	145,36	6,31
ТТК-357н	Салат "Капуста квашеная" (б/лука)	100	9,14	1,8	5,55	8,54	91,33	0,02	0,00	30	0,1	48	31	16	0,6
ттк№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (кукур.конс.)	75/25	41,98	12	12,44	13,89	215,47	0,1	0,01	2,56	0,29	29,69	175,76	24,97	1,83
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	2,95
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	0,45
	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	0,48
Вт, 11 апреля 23			74,54	26,62	35,34	64,44	682,31	0,26	4,53	18,12	1,37	280,53	456,52	62,34	8,1
Завтрак			74,54	26,62	35,34	64,44	682,31	0,26	4,53	18,12	1,37	280,53	456,52	62,34	8,1
	Десерт фруктовый Яблоко	163	13,22	0,65	0,65	15,97	72,37	0,05	0,82	16,3	0,33	26,08	17,93	14,67	3,59
340/04	Омлет натуральный с маслом	200/5	47,41	19,28	27,9	2,94	339,95	0,13	2,17	0,74	0,97	161,3	348,68	26,64	3,93
ТТК №839к	Напиток из цикория с молоком с печ. сах в ассорт.	200/15	11,54	4,41	6,52	30,62	198,8	0,03	1,54	1,08	0,07	85,35	65,01	10,53	0,1
	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	0,48
Ср, 12 апреля 23			77,28	27,75	17,54	79,4	586,48	0,42	38,13	49,03	1,47	137,94	403,42	154,74	5,51
Завтрак			77,28	27,75	17,54	79,4	586,48	0,42	38,13	49,03	1,47	137,94	403,42	154,74	5,51
35/2010	Салат из свеклы с яблоком	100	6,31	1,49	5,2	13,91	108,43	0,03	0,97	12,07	0,15	38,45	42,44	22,71	1,93
ттк №241н	Минтай тушеный с овощами	75/50	43,43	19,5	6,1	4,65	151,52	0,14	36,01	5,65	0,49	31,08	208,38	77,23	1,25
520/04	Пюре картофельное	180	17,80	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-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из кураги	200	7,37	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	2,37	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
Чт, 13 апреля 23			82,3	45,35	18,6	85,5	690,75	0,48	33,47	76,8	1,56	180,41	612,34	255,37	5,7
Завтрак			82,30	45,35	18,6	85,5	690,75	0,48	33,47	76,8	1,56	180,41	612,34	255,37	5,7
	Десерт фруктовый Апельсин	120	15,06	1,08	0,24	9,72	45,36	0,05	0,96	72	0,00	40,8	27,6	15,6	0,36
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	75/200	56,52	40,34	16,79	53,41	526,06	0,36	31,36	4,05	1,51	66,86	506,59	217,87	3,99
ТТК - 437	Чай полусладкий с молоком с пряником	200/28	8,35	1,65	1,3	7,46	48,14	0,02	1,15	0,75	0,05	64,95	53,25	11,4	0,87
	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	0,48
Пт, 14 апреля 23			87,28	21,96	17,1	95,25	622,73	0,33	7,61	18,99	1,66	111,87	279,89	72,71	4,99
Завтрак			87,28	21,96	17,1	95,25	622,73	0,33	7,61	18,99	1,66	111,87	279,89	72,71	4,99
ттк-996	Салат "Бобовое зёрнышко"	100	5,68	3,51	5,29	14,65	120,25	0,07	0,88	10,23	0,16	54,51	89,58	31,79	1,97
433/2004	Мясо тушеное	50/50	65,94	9,62	6,26	5,29	115,97	0,11	6,02	3,63	0,11	23,03	102,16	16,71	1,32
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	1,04
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	0,18
	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	0,48
Сб, 15 апреля 23			77,08	20,78	31,93	89,54	728,67	0,3	0,99	71,28		113,93	319,23	76,81	3,99
Завтрак			77,08	20,78	31,93	89,54	728,67	0,3	0,99	71,28	0,00	113,93	319,23	76,81	3,99
	Десерт фруктовый Апельсин	116	14,56	1,04	0,23	9,4	43,85	0,05	0,93	69,6	0,00	39,44	26,68	15,08	0,35
440/10	Пельмени мясные отварные с маслом	200/5	52,17	16,7	31,37	35,22	490,05	0,19	0,02	1,59	0,00	53,22	259,57	47,09	2,69
ттк№253н	Чай "Витаминный"полусл. с мармеладом	200/16	7,98	0,76	0,06	30,01	123,58	0,01	0,04	0,09	0,00	13,47	8,08	4,14	0,47
	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	0,48
Итого			463,96	164,11	144,47	501,96	3 964,54	2,17	84,86	266,78	6,8	933,75	2 454,92	767,33	34,6

	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценно сть, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белк и	Жиры	Углеводы			B1	A	C	E	Ca	P	Mg
ИТОГО ЗА 6 дней		463,96	164,11	144,47	501,96	3 964,54	2,17	84,86	266,78	6,8	933,75	2 454,92	767,33	34,6
В среднем в день:		77,33	27,35	24,08	83,66	660,76	0,36	14,14	44,46	1,13	155,63	409,15	127,89	5,77

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам. начальника производственного отдела



Г.Н. Мартынова

Н.В. Журавлева

А.В.Каримова