

"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 10.05.2023г. по 13.05.2023 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
Ср, 10 мая 23			19,12	17,98	65,38	499,87	0,34	0,23	18,04	0,85	57,46	321,51	124,31	7,76
Завтрак			19,12	17,98	65,38	499,87	0,34	0,23	18,04	0,85	57,46	321,51	124,31	7,76
	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№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (мекс. смесью)	75/15	11,55	12,47	10,65	201,07	0,1	0,02	6,94	0,34	16,69	165,84	27,62	1,8
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-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.												
Чт, 11 мая 23			16,34	19,49	82,82	572,03	0,22	0,07	61,73	0,48	71,46	177,83	67,35	1,95
Завтрак			16,34	19,49	82,82	572,03	0,22	0,07	61,73	0,48	71,46	177,83	67,35	1,95
	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-491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая с маслом	2/40/10	10,85	15,09	15,88	242,72	0,00	0,05	1,73	0,00	2,4	3	0,05	0,02
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№-258н	Напиток "Фруктово-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.												
Пт, 12 мая 23			26,28	20,63	80,16	611,4	0,29	1,67	7,61	1,32	83,26	308,31	66	5,58
Завтрак			26,28	20,63	80,16	611,4	0,29	1,67	7,61	1,32	83,26	308,31	66	5,58
ТТК 994	Салат "Пёстрый"	60	2,31	2,66	9,99	73,15	0,05	0,39	6,28	0,12	32,05	57,31	18,73	1,4
ттк-992	Мясо "Нежное" в соусе	100	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
686/04	Чай с лимоном	200/7	0,2	0,05	15,04	61,41	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.												
Сб, 13 мая 23			17,88	27,93	73,76	617,99	0,26	0,75	18,36	0,34	82,43	277,82	65,8	5,44
Завтрак			17,88	27,93	73,76	617,99	0,26	0,75	18,36	0,34	82,43	277,82	65,8	5,44
	Десерт фруктовый Яблоко	118	0,47	0,47	10,62	48,62	0,04	0,06	11,8	0,24	19,71	12,98	9,44	2,36
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
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.												
Итого			79,62	86,03	302,12	2 301,29	1,11	2,72	105,74	2,99	294,61	1 085,47	323,46	20,73

	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
ИТОГО ЗА 4 дней		79,62	86,03	302,12	2 301,29	1,11	2,72	105,74	2,99	294,61	1 085,47	323,46	20,73
В среднем в день:		19,91	21,51	75,53	575,32	0,28	0,68	26,44	0,75	73,65	271,37	80,87	5,18

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

Л.В. Леонтьева

А.В.Каримова

"СОГЛАСОВАНО"

(№ образовательной организации)

(ФИО руководителя)

(подпись)

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

Стоимость питания 77,34руб./день;

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 вещества, мг			
				Белк и	Жиры	Углевод ы		В1	А	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe
Ср, 10 мая 23			61,79	20,2	19,09	73,86	548,11	0,38	0,26	21,94	0,99	65,9	347,89	142,03	9,03
Завтрак			61,79	20,2	19,09	73,86	548,11	0,38	0,26	21,94	0,99	65,9	347,89	142,03	9,03
	Десерт фруктовый Яблоко	149	12,08	0,6	0,6	13,41	61,39	0,04	0,07	14,9	0,3	24,88	16,39	11,92	2,98
ттк№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (мекс. смесью)	75/15	35,54	11,55	12,47	10,65	201,07	0,1	0,02	6,94	0,34	16,69	165,84	27,62	1,8
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	2,95
ТТК-475	Чай полусладкий с пряником	200/28	4,47	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"	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, 11 мая 23			83,95	26,35	11,32	84,59	545,69	0,42	36,04	125,65	1,24	142,5	428,81	165,35	3,66
Завтрак			83,95	26,35	11,32	84,59	545,69	0,42	36,04	125,65	1,24	142,5	428,81	165,35	3,66
	Десерт фруктовый Апельсин	200	25,10	1,8	0,00	16,8	74,4	0,08	0,00	120	0,44	68	46	26	0,6
ттк №241н	Минтай тушеный с овощами	75/50	43,35	19,5	6,1	4,65	151,52	0,14	36,01	5,65	0,49	31,08	208,38	77,23	1,25
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	0,88
ТТК№-258н	Напиток "Фруктово-ягодный" из изюма	200	4,46	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
Пт, 12 мая 23			86,52	22,38	16,25	95,74	618,75	0,35	6,76	14,2	1,6	108,35	287,3	73,05	5,99
Завтрак			86,52	22,38	16,25	95,74	618,75	0,35	6,76	14,2	1,6	108,35	287,3	73,05	5,99
ТТК 994	Салат "Пёстрый"	100	7,53	3,85	4,43	16,65	121,92	0,09	0,66	10,47	0,2	53,42	95,51	31,22	2,33
433/2004	Мясо тушеное	50/50	65,93	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
686/04	Чай с лимоном	200/7	3,06	0,2	0,05	15,04	61,41	0,00	0,05	0,1	0,00	4,95	8,25	4,4	0,82
	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, 13 мая 23			77,05	20,27	31,68	77,6	676,66	0,29	0,7	84,72	0,39	112,6	321,14	77,98	3,74
Завтрак			77,05	20,27	31,68	77,6	676,66	0,29	0,7	84,72	0,39	112,6	321,14	77,98	3,74
	Десерт фруктовый Апельсин	130	16,31	1,17	0,00	10,92	48,36	0,05	0,00	78	0,29	44,2	29,9	16,9	0,39
440/10	Пельмени мясные отварные с маслом	200/5	52,63	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-265н	Компот "Фруктово-ягодный" из красной смородины	200	5,74	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
Итого			309,31	89,2	78,34	331,79	2 389,21	1,44	43,76	246,51	4,22	429,35	1 385,14	458,41	22,42

	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белк и	Жиры	Углевод		В1	А	С	Е	Са	Р	Mg	Fe
ИТОГО ЗА 4 дней		309,31	89,2	78,34	331,79	2 389,21	1,44	43,76	246,51	4,22	429,35	1 385,14	458,41	22,42
В среднем в день:		77,33	22,30	19,59	82,95	597,30	0,36	10,94	61,63	1,06	107,34	346,29	114,60	5,61

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам. начальника производственного отдела





Г.Н. Мартынова

Л.В. Леонтьева

А.В.Каримова