

"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 17.04.2023г. по 22.04.2023 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			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Ca	P	Mg	Fe
Пн, 17 апреля 23			21,45	28,07	71,52	624,51	0,22	8,74	148	1,68	285,25	244,18	52,22	2,16
Завтрак			21,45	28,07	71,52	624,51	0,22	8,74	148	1,68	285,25	244,18	52,22	2,16
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 № 1н	Колбасные изделия отварные (сосиски) с маслом	100/5	12,41	20,1	0,48	232,51	0,06	0,04	0,00	0,21	231,51	152,91	22,27	0,22
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-263 н	Напиток "Фруктово-ягодный" из шиповника	200	0,32	0,00	14,46	59,12	0,01	8,68	130	0,34	5,6	1,6	1,6	0,26
	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, 18 апреля 23			20,21	13	60,85	441,25	0,24	1,34	41,69	0,41	116,26	151,19	78,4	4,95
Завтрак			20,21	13	60,85	441,25	0,24	1,34	41,69	0,41	116,26	151,19	78,4	4,95
	Десерт фруктовый Яблоко	100	0,4	0,4	9	41,2	0,03	0,05	10	0,2	16,7	11	8	2
ТТК-89н	Котлеты рыбные "Морская" 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
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-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200	0,16	0,05	5,79	24,23	0,00	0,36	2,55	0,05	6,08	7,43	3,9	0,5
	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, 19 апреля 23			29,67	16,34	97,95	657,62	0,46	24,16	7,5	0,67	63,9	422,11	182,38	7,47
Завтрак			29,67	16,34	97,95	657,62	0,46	24,16	7,5	0,67	63,9	422,11	182,38	7,47
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 №247к	Гречка с говядиной "Батюр"	50/150	24,16	11,22	47,68	388,35	0,39	24,14	1,35	0,61	33,77	368,54	161,86	6,58
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофр. с печ. сахарн	200/15	2,74	4,79	33,83	189,45	0,00	0,01	0,03	0,00	8,25	2,97	1,45	0,04
	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, 20 апреля 23			30,35	10,74	71,08	502,48	0,34	9,03	11,3	1,27	71,16	400,83	173,81	6,02
Завтрак			30,35	10,74	71,08	502,48	0,34	9,03	11,3	1,27	71,16	400,83	173,81	6,02
	Десерт фруктовый Яблоко	100	0,4	0,4	9	41,2	0,03	0,05	10	0,2	16,7	11	8	2
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-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.												
Сб, 22 апреля 23			30,35	23,48	89,27	689,84	0,86	0,07	76,07	1,8	237,37	414,03	124,82	7,74
Завтрак			30,35	23,48	89,27	689,84	0,86	0,07	76,07	1,8	237,37	414,03	124,82	7,74

	Десерт фруктовый Апельсин	115	1,04	0,00	9,66	42,78	0,05	0,00	69	0,25	39,1	26,45	14,95	0,35
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	71,09	168,59	64,97	5,19
ТТК-268н	Компот "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.												
Итого			132,03	91,63	390,67	2 915,7	2,12	43,34	284,56	5,83	773,94	1 632,34	611,63	28,34

	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 5 дней		132,03	91,63	390,67	2 915,7	2,12	43,34	284,56	5,83	773,94	1 632,34	611,63	28,34
В среднем в день:		26,41	18,33	78,13	583,14	0,42	8,67	56,91	1,17	154,79	326,47	122,33	5,67

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)

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

Стоимость питания 77,34руб./день:

2 группа

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценност ь, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Белк и	Жиры	Углевод ы		В1	А	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe
Пн, 17 апреля 23			67,18	23,24	31,16	82,24	702,41	0,24	8,75	160	1,94	312,06	266,89	60,59	2,6
Завтрак			67,18	23,24	31,16	82,24	702,41	0,24	8,75	160	1,94	312,06	266,89	60,59	2,6
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 № 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	0,22
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-263 н	Напиток "Фрукдово-ягодный" из шиповника	200	7,30	0,32	0,00	14,46	59,12	0,01	8,68	130	0,34	5,6	1,6	1,6	0,26
	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, 18 апреля 23			83,97	24	14,36	97,1	613,63	0,36	1,47	160,68	0,69	187,54	225,19	103,74	4,04
Завтрак			83,97	24	14,36	97,1	613,63	0,36	1,47	160,68	0,69	187,54	225,19	103,74	4,04

	Десерт фруктовый Апельсин	205	25,73	1,85	0,00	17,22	76,26	0,08	0,00	123	0,45	69,7	47,15	26,65	0,62
ТТК-89н	Котлеты рыбные "Морячка" с овощами (кукур.конс.)	75/25	31,82	14,4	7,37	10,87	167,39	0,01	0,00	3,97	0,01	49,09	17,19	23,19	0,83
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
тتك№253н	Чай "Витаминный"полусл.с пряником	200/28	6,25	1,5	0,83	27,55	123,68	0,02	0,35	2,55	0,05	8,59	18,9	3,9	0,67
	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, 19 апреля 23			99,55	22,12	15,54	94,38	605,95	0,43	24,13	15,4	0,67	76,78	342,58	159,63	6,3
Завтрак			99,55	22,12	15,54	94,38	605,95	0,43	24,13	15,4	0,67	76,78	342,58	159,63	6,3
ТТК-294н	Огурец свежий порциями	100	25,60	0,82	0,1	2,55	14,38	0,03	0,01	10,2	0,1	23,46	42,84	14,28	0,61
ТТК-246н	Гречка "По-купечески" с говядиной	50/150	66,02	16,28	10,38	43,09	330,93	0,35	24,11	5,17	0,57	37,27	271,87	133,4	5,17
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофр. с печ. сахарн	200/15	5,56	2,74	4,79	33,83	189,45	0,00	0,01	0,03	0,00	8,25	2,97	1,45	0,04
	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, 20 апреля 23			58,65	31,35	12,06	83,9	569,57	0,4	9,07	17	1,47	85,55	442,97	190,92	7,39
Завтрак			58,65	31,35	12,06	83,9	569,57	0,4	9,07	17	1,47	85,55	442,97	190,92	7,39
	Десерт фруктовый Яблоко	157	12,73	0,63	0,63	14,13	64,68	0,05	0,08	15,7	0,31	26,22	17,27	12,56	3,14
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	1,56
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	1,39
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	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, 22 апреля 23			77,32	34,71	24,51	104,3	776,57	1,02	0,09	127,73	2,27	281,53	470,75	150,04	9,1
Завтрак			77,32	34,71	24,51	104,3	776,57	1,02	0,09	127,73	2,27	281,53	470,75	150,04	9,1
	Десерт фруктовый Апельсин	194	24,35	1,75	0,00	16,3	72,17	0,08	0,00	116,4	0,43	65,96	44,62	25,22	0,58
тتك№-200н	Зразы "Любимые " с сыром с овощами (мекс.смесь)	75/25	38,57	10,33	18,26	7,54	235,79	0,08	0,06	11,33	0,34	110,46	179,58	30,06	1,36
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	6,23
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
Итого			386,67	135,42	97,63	461,92	3 268,13	2,45	43,51	480,81	7,04	943,46	1 748,38	664,92	29,43

	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценност ь, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белк и	Жиры	Углевод ы		В1	А	С	Е	Са	Р	Mg	Fe
ИТОГО ЗА 5 дней		386,67	135,42	97,63	461,92	3 268,13	2,45	43,51	480,81	7,04	943,46	1 748,38	664,92	29,43
В среднем в день:		77,33	27,08	19,53	92,38	653,63	0,49	8,70	96,16	1,41	188,69	349,68	132,98	5,89

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам. начальника производственного отдела





Г.Н. Мартынова

Н.В. Журавлева

А.В.Каримова