"УТВЕРЖДАЮ" Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

BTY	_ В.П. Гусева
0	

"CO		

(№ образовательной организации)

(ФИО руководителя)

(подпись)

Примерное недельное меню рационов питания учащихся 1-4 классов в образовательных организациях г. Набережные Челны с 28.11.2022г. по 03.12.2022 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 Младшие 55,55руб./день;

гогория питаг	ния: бесплатные горячие завтраки	Mass	_	1		O)			2 группа			
	Приом пиши Ногиченовонно близ-е	Macca		Іищевь		Энерг.		Витами	ны, мг		IVIUH	еральны	е веществ	за, мі
	Прием пищи, Наименование блюда	порции, г.	ве	щества	ì, Г.	ценност								
NIS LUIT			_	316		ь ккап	5.4			_				_
№ НД		Младшие	ьелк	Жиры	Углев	Младш	B1	A	С	E	Ca	P	Mg	Fe
			И		ОДЫ	ие								
			Млад	Млад	Млад		Младш	Млад	Млад	Млад	Млад		Младши	Мла
	T 00 5 00		шие	шие	шие	615,59	ие	шие	шие	шие	шие	ие	e 129,43	ШИ
	Пн, 28 ноября 22		20,15	22,65	82,79	,	0,35	0,2	23,2	0,95	69,64	325,91		7,2
	Завтрак	400	20,15	22,65	82,79	615,59	0,35	0,2	23,2	0,95	69,64	325,91	129,43	7,23
TTI(400:	Десерт фруктовый Яблоко	120	0,48	0,48	10,8	49,44	0,04	0,06	12	0,24	20,04	13,2	9,6	2,4
ТТК-490н	Котлеты "Челнинские" с овощами (мекс.смесь)	75/25	12,74	17,15	11,56	251,52	0,08	0,04	11,2	0,42	20,15	158,04	30,04	1,4
510/04	Каша гречневая вязкая Компот "Плодово-ягодный" из изюма	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	Хлеб "Рябинушка"	200 30	0,00 2,28	0,00 0,27	20,66 14,91	82,64 71,19	0,02 0,05	0,00	0,00	0,00	12 7,8	19,35 24,9	6,3 10,5	0,4
	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·		2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,4
	Итого стоимость питания в день	55,55 руб.	40.00	10.10	00.44	105.00	0.00	400.0	0.0	0.57	F 40 7	4.47.00	07.70	0.0
	Вт, 29 ноября 22		18,83	16,16	66,14	485,32	0,23	120,6	6,2	0,57	548,7	447,88	97,73	2,2
	Завтрак		18,83		66,14	485,32	0,23	120,6	6,2	0,57	548,7	447,88	97,73	2,2
62/11	Салат из моркови с сахаром	60	0,75	0,06	6,97	31,39	0,03	115,2	2,88	0,23	15,55	31,68	21,89	0,4
7/10	Сыр голландск.(порц)	20	5,9	5,54	0,00	73,48	0,01	0,00	0,15	0,09	220	132	12,1	0,1
ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	180/5	4,23	7,22	12,37	131,41	0,06	3,19	1,87	0,14	174,99	131,3	20,24	0,10
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	200	3,39	2,8	16,98	106,66	0,04	2,21	1,3	0,11	122,56	103,1	22,5	0,5
	Хлеб "Рябинушка"	60	4,56	0,54	29,82	142,38	0,09	0,00	0,00	0,00	15,6	49,8	21	0,9
	Итого стоимость питания в день	55,55 руб.												
	Ср, 30 ноября 22		6,63	16,67	61,37	422,05	0,27	1,67	69,86	0,45	96,91	149,55	58,18	1,9
	Завтрак		6,63	16,67	61,37	422,05	0,27	1,67	69,86	0,45	96,91	149,55	58,18	1,9
	Десерт фруктовый Мандарин	102	0,82	0,2	7,65	35,7	0,06	0,01	38,76	0,2	35,7	17,34	11,22	0,1
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	0,0
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-265н	Компот "Плодово-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	55,55 руб.												
	Чт, 01 декабря 22		20,57	33,41	79,85	702,32	0,26	0,13	14,73	0,26	82,33	280,84	67,83	6,36
	Завтрак		20,57	33,41	79,85	702,32	0,26	0,13	14,73	0,26	82,33	280,84	67,83	6,36
	Десерт фруктовый Яблоко	132	0,53	0,53	11,88	54,38	0,04	0,07	13,2	0,26	22,04	14,52	10,56	2,6
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	2,4
TTK-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/17	2,75	5,46	21,38	145,63	0,00	0,05	0,1	0,00	4,95	8,25	4,4	0,8
	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	0,4
	Итого стоимость питания в день	55,55 руб.												
	Пт, 02 декабря 22		32,69	18,85	98,06	692,73	0,36	42,91	24,18	1,16	99,47	426.73	180,31	4,4

	Завтрак		32,69	18,85	98,06	692,73	0,36	42,91	24,18	1,16	99,47	426,73	180,31	4,47
TTK-130	Салат "Метелка"	60	0,96	6,05	3,76	73,35	0,02	19,46	21,05	0,09	26,61	23,35	12,84	0,53
TTK-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№253н	Чай "Витаминный"полусл.с пряником	200/28	2,1	0,84	39,38	173,51	0,03	0,04	0,09	0,00	15,99	19,56	4,14	0,64
	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	55,55 руб.												
	Сб, 03 декабря 22		12,07	20,18	79,11	546,3	0,32	7,05	45,08	2,51	99,66	195,78	79,12	6,08
	Завтрак		12,07	20,18	79,11	546,3	0,32	7,05	45,08	2,51	99,66	195,78	79,12	6,08
	Десерт фруктовый Яблоко	155	0,62	0,62	13,95	63,86	0,05	0,08	15,5	0,31	25,89	17,05	12,4	3,1
ТТК-652к	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	5,35	14,3	8,75	185,09	0,06	6,01	3,46	1,4	14,09	45,64	18,5	0,89
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№258н	Напиток "Плодово-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	55,55 руб.												
	Итого		110,94	127,92	467,32	3 464,31	1,79	172,56	183,25	5,9	996,71	1 826,69	612,6	28,33

	Macca	Γ	Іищевь	е	Энерг.	Е	Витамиі	ны, мг		Мине	еральны	е веществ	ва, мг
	порции, г.	ве	щества	, Г.	ценност								
					ь ккап								
	Младшие	Белк	Жиры	Углев	Младш	B1	Α	С	E	Ca	P	Mg	Fe
		И		оды	ие								
		Млад	Млад	Млад		Младш	Млад	Млад	Млад	Млад	Младш	Младши	Млад
		шие	шие	шие		ие	шие	шие	шие	шие	ие	е	шие
ИТОГО ЗА 6 дней		110,94	127,92	467,32	3 464,31	1,79	172,56	183,25	5,9	996,71	1 826,69	612,6	28,33
В среднем в день:		18,49	21,32	77,89	577,39	0,30	28,76	30,54	0,98	166,12	304,45	102,10	4,72

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам. начальника производственного отдела

Manuery. Marj

Г.Н. Мартынова

Н.В. Журавлева

А.В.Каримова

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

"СОГЛАСОВАНО"

(№ образовательной организации)

(ФИО руководителя)

__ В.П. Гусева

(подпись)

Примерно	е недельное меню рационов питания учащихся	5-11 классо	в в об	разова	ательн	ых орга	низациях	с г.Наб	ережн	ые	С	тоимос	ть питания	я Стар
Категория питания	я: завтраки старшие											2 группа		
		Macca	Цена,	Пище	вые ве	щества,	Энерг.		Витами	ины, мг		Минє	еральные і	зещест
	Прием пищи, Наименование блюда	порции, г.	руб.		Γ.		ценност							
							ь. ккал							
№ НД		Старш	ие	Белк	Жиры	Углевод	Старши	B1	Α	С	Е	Ca	Р	Mg
				И		Ы	e							
				Стар	Стар	Старши		Стар	Стар	Стар	Стар	Старш	Старшие	Стар
				шие	шие	ė		шие	шие	шие	шие	ие		шие

	Пн, 28 ноября 22		62,37	20,37	19,2	91,67	621,01	0,43	0,23	21,03	1,09	74,96	364,97	146,09
	Завтрак		62,37	20,37	19,2	91,67	621,01	0,43	0,23	21,03	1,09	74,96	364,97	146,09
	Десерт фруктовый Яблоко	180	12,18	0,72	0,72	16,2	74,16	0,05	0,09	18	0,36	30,06	19,8	14,4
ттк№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (фасоль стр.)	75/25	35,59	11,8	12,51	10,07	200,05	0,12	0,02	3,03	0,38	13,52	168,41	27,3
510/04	Каша гречневая вязкая	180	7,90	5,57	5,7	29,83	192,97	0,19	0,12	0,00	0,35	11,58	132,51	87,59
ТТК-268н	Компот "Плодово-ягодный" из изюма	200	4,44	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	2,26	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5
	Вт, 29 ноября 22		74,24	32,4	50,93	83,86	923,34	0,4	136,39	8,2	1,4	359,86	615,93	117,11
	Завтрак		74,24	32,4	50,93	83,86	923,34	0,4	136,39	8,2	1,4	359,86	615,93	117,11
ттк-66	Салат " Солнышко"	100	7,97	0,97	10,17	13,12	147,89	0,05	132,01	6,16	0,32	22,6	39,45	27,37
340/04	Омлет натуральный с маслом	200/5	43,27	19,28	27,9	2,94	339,95	0,13	2,17	0,74	0,97	161,3	348,68	26,64
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкий с блин.со сгущ.мол.	200/63	18,48	7,59	12,32	37,98	293,12	0,13	2,21	1,3	0,11	160,36	178	42,1
	Хлеб "Рябинушка"	60	4,52	4,56	0,54	29,82	142,38	0,09	0,00	0,00	0,00	15,6	49,8	21
	Ср, 30 ноября 22		80,12	26,75	12,52	70,91	503,38	0,46	37,82	83,74	0,99	137,12	375,8	142,82
	Завтрак		80,12	26,75	12,52	70,91	503,38	0,46	37,82	83,74	0,99	137,12	375,8	142,82
	Десерт фруктовый Мандарин	110	12,87	0,88	0,22	8,25	38,5	0,07	0,01	41,8	0,22	38,5	18,7	12,1
ттк №241н	Минтай тушеный с овощами	75/50	42,93	19,5	6,1	4,65	151,52	0,14	36,01	5,65	0,49	31,08	208,38	77,23
520/04	Пюре картофельное	180	16,51	3,97	5,89	26,55	175,11	0,2	1,12	31,16	0,18	52,36	117,05	39,5
ТТК-265н	Компот "Плодово-ягодный" из красной смородины	200	5,55	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	2,26	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5
	Чт, 01 декабря 22		81,06	25,44	12	80,27	530,89	0,29	0,17	16,84	1,69	71,93	272,12	60,23
	Завтрак		81,06	25,44	12	80,27	530,89	0,29	0,17	16,84	1,69	71,93	272,12	60,23
	Десерт фруктовый Яблоко	143	9,68	0,57	0,57	12,87	58,92	0,04	0,07	14,3	0,29	23,88	15,73	11,44
437/04	Гуляш	50/50	60,64	15,96	5,87	3,58	131,02	0,1	0,02	2,44	0,11	16,15	166,76	23,67
516/04	Макаронные изделия отварные	180	7,46	6,43	5,24	43,85	248,26	0,1	0,03	0,00	1,29	19,15	56,48	10,22
TTK-475	Чай полусладкий	200	1,02	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	2,26	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5
	Пт, 02 декабря 22		66,61	44,99	27,21	92,2	793,57	0,45	63,84	39,22	1,66	132,5	578,49	253,91
	Завтрак		66,61	44,99	27,21	92,2	793,57	0,45	63,84	39,22	1,66	132,5	578,49	253,91
TTK-130	Салат "Метелка"	100	4,80	1,61	10,09	6,26	122,26	0,03	32,43	35,08	0,15	44,36	38,91	21,4
TTK-417	Плов "Золотой петушок"	75/200	55,73	40,34	16,79	53,41	526,06	0,36	31,36	4,05	1,51	66,86	506,59	217,87
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200	3,82	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	2,26	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5
	Сб, 03 декабря 22		72,92	20,18	32,41	84,99	712,33	0,29	0,14	18,94	0,99	97,99	314,04	76,15
	Завтрак		72,92	20,18	32,41	84,99	712,33	0,29	0,14	18,94	0,99	97,99	314,04	76,15
	Десерт фруктовый Яблоко	172	11,64	0,69	0,69	15,48	70,86	0,05	0,09	17,2	0,34	28,72	18,92	13,76
440/10	Пельмени мясные отварные с маслом	200/5	51,62	16,7	31,37	35,22	490,05	0,19	0,02	1,59	0,00	53,22	259,57	47,09
ТТК-268н	Компот "Плодово-ягодный" из кураги	200	7,40	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	2,26	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5
	Итого		437,32	170,13	154,27	503,9	4 084,52	2,32	238,59	187,97	7,82	874,36	2 521,35	796,31

	Macca	Цена,					, Энерг. Витамины, мг					Минеральные вещес			
	порции, г.	руб.		Г.		ценност ь. ккал									
	Старш	ие	Белк	Жиры	Углевод	Старши	B1	Α	С	Е	Ca	Р	Mg		
			И		Ы	е									
			Стар	Стар	Старши		Стар	Стар	Стар	Стар	Старш	Старшие	Стар		
			шие	шие	е		шие	шие	шие	шие	ие		шие		
ИТОГО ЗА 6 дней		437,32	170,13	154,27	503,9	4 084,52	2,32	238,59	187,97	7,82	874,36	2 521,35	796,31		
В среднем в день:		72,89	28,36	25,71	83,98	680,75	0,39	39,77	31,33	1,30	145,73	420,23	132,72		

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам. начальника производственного отдела

Manage Mayle Kaff

Г.Н. Мартынова

Н.В. Журавлева

А.В.Каримова

шие

гва, мг

Fe

Старшие

9,26
9,26
3,6
1,78
2,95
0,45
0,48
7,44
7,44
1,03
3,93
1,52
0,96
3,46
3,46
0,11
1,25
1,44
0,18
0,48
7,27
7,27
2,86
2,07
1,04
0,82
0,48
5,82
5,82
0,88
3,99
0,47
0,48
7,02
7,02
3,44
2,69
0,41
0,48
40,27

гва, мг

Fe

Старшие

40,27 6,71