

"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

Челны с 21.03.2022г. по 26.03.2022 г.

1гр.1,12,20,64 2гр.39,14 3гр.46,78,76 4гр.24,32,34,87 5гр.18,78пр,84 6гр.51,52,36 7гр.89,30,41 8гр.13,25,22,26 9гр.48,61,86,35

0гр.58,57,67,2 31гр.81,7,8 32гр.55,37,33

Категория питания: завтраки старшие

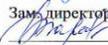
1 группа

**Стоимость питания Старшие
72,90руб./день;**

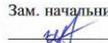
| № НД | Прием пищи, Наименование блюда | Масса порции г | Цена, руб. | Пищевые вещества, г. | | | Энерг. ценность Старш ие | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|------------------------|--|----------------|------------|----------------------|-------|-----------|--------------------------|--------------|--------|-------|------|--------------------------|--------|--------|------|
| | | | | Белки | Жиры | Углево ды | | В1 | А | С | Е | Са | Р | Mg | Fe |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| Пн, 21 марта 22 | | | 67,79 | 20,61 | 15,09 | 74,33 | 515,61 | 0,33 | 0,31 | 15,7 | 0,58 | 299,47 | 322,92 | 82,88 | 4,95 |
| Завтрак | | | 67,79 | 20,61 | 15,09 | 74,33 | 515,61 | 0,33 | 0,31 | 15,7 | 0,58 | 299,47 | 322,92 | 82,88 | 4,95 |
| | Десерт фруктовый Яблоко | 100 | 7,76 | 0,4 | 0,4 | 9 | 41,2 | 0,03 | 0,05 | 10 | 0,2 | 16,7 | 11 | 8 | 2 |
| ттк № 184н | Колбасные изделия отварные (сосиски) с маслом | 100/3 | 39,23 | 11,57 | 8,35 | 0,45 | 123,27 | 0,06 | 0,03 | 0,00 | 0,21 | 231,03 | 152,31 | 22,26 | 0,21 |
| 510/04 | Каша пшеничная вязкая | 180 | 6,23 | 5,09 | 6,01 | 29,18 | 191,17 | 0,18 | 0,16 | 0,00 | 0,13 | 14,65 | 104,07 | 36,41 | 1,2 |
| ТТК-2н | Кукуруза консерв.порциями (доп. гарнир) | 30 | 9,22 | 1 | 0,00 | 5,51 | 26,05 | 0,01 | 0,00 | 2,4 | 0,02 | 21,14 | 20,63 | 0,35 | 0,19 |
| 686/04 | Чай с лимоном | 200/7 | 3,09 | 0,27 | 0,06 | 15,28 | 62,73 | 0,00 | 0,07 | 3,3 | 0,02 | 8,15 | 10,01 | 5,36 | 0,87 |
| | 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 | 0,48 |
| Вт, 22 марта 22 | | | 95,41 | 30,51 | 17,25 | 98,62 | 671,81 | 0,22 | 23,57 | 15,67 | 1,4 | 401,16 | 416,86 | 75,18 | 6,38 |
| Завтрак | | | 95,41 | 30,51 | 17,25 | 98,62 | 671,81 | 0,22 | 23,57 | 15,67 | 1,4 | 401,16 | 416,86 | 75,18 | 6,38 |
| | Десерт фруктовый Яблоко | 138 | 10,70 | 0,55 | 0,55 | 12,42 | 56,86 | 0,04 | 0,07 | 13,8 | 0,28 | 23,05 | 15,18 | 11,04 | 2,76 |
| 7/10 | Сыр голландск.(порц) | 15 | 13,02 | 4,42 | 4,16 | 0,00 | 55,11 | 0,00 | 0,00 | 0,12 | 0,07 | 165 | 99 | 9,08 | 0,12 |
| ТТК-98н | Запеканка из твор "Гулливвер" с повидлом | 150/50 | 68,45 | 23,06 | 12,22 | 66,23 | 467,15 | 0,13 | 23,45 | 1,65 | 1,05 | 200,36 | 269,53 | 40,16 | 2,2 |
| ТТК-475 | Чай полусладкий | 200 | 0,98 | 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 | 2,26 | 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, 23 марта 22 | | | 83,11 | 35,02 | 20,99 | 70,81 | 612,25 | 0,51 | 202,49 | 48,29 | 1,35 | 132,24 | 477,8 | 188,91 | 4,89 |
| Завтрак | | | 83,11 | 35,02 | 20,99 | 70,81 | 612,25 | 0,51 | 202,49 | 48,29 | 1,35 | 132,24 | 477,8 | 188,91 | 4,89 |
| 78/04 | Икра морковная | 100 | 8,69 | 2,09 | 7,63 | 11,69 | 123,76 | 0,09 | 201 | 11,78 | 0,55 | 36,76 | 73,57 | 44,12 | 1,12 |
| ттк№240н | Минтай запеченный | 100 | 46,76 | 25,25 | 4,45 | 3,71 | 155,9 | 0,17 | 0,02 | 2,8 | 0,57 | 29,25 | 254,86 | 90,89 | 1,35 |
| 520/04 | Пюре картофельное | 180 | 20,50 | 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№253н | Чай "Витаминный" полусладкий (красная смородина) с печеньем "К кофе" | 200/17 | 4,90 | 1,43 | 2,75 | 13,95 | 86,29 | 0,00 | 0,35 | 2,55 | 0,05 | 6,07 | 7,42 | 3,9 | 0,5 |
| | 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 | 0,48 |
| Чт, 24 марта 22 | | | 54,72 | 33,36 | 15,62 | 71,39 | 559,64 | 0,34 | 9,09 | 31,5 | 1,1 | 88,12 | 372,63 | 206,02 | 6,4 |
| Завтрак | | | 54,72 | 33,36 | 15,62 | 71,39 | 559,64 | 0,34 | 9,09 | 31,5 | 1,1 | 88,12 | 372,63 | 206,02 | 6,4 |
| ттк№357н | Салат "Капуста квашеная" (б/лука) | 90 | 11,22 | 1,62 | 5 | 7,69 | 82,19 | 0,02 | 0,00 | 27 | 0,09 | 43,2 | 27,9 | 14,4 | 0,54 |
| ттк 53к | Мякоть птицы тушеная в соусе | 50/50 | 28,40 | 23,62 | 4,59 | 3,68 | 150,56 | 0,08 | 8,9 | 1,2 | 0,64 | 17,39 | 177,31 | 88,17 | 1,56 |
| 510/04 | Каша гречневая вязкая | 180 | 9,75 | 5,57 | 5,7 | 29,83 | 192,97 | 0,19 | 0,12 | 0,00 | 0,35 | 11,58 | 132,51 | 87,59 | 2,95 |
| 686/04 | Чай с лимоном | 200/7 | 3,09 | 0,27 | 0,06 | 15,28 | 62,73 | 0,00 | 0,07 | 3,3 | 0,02 | 8,15 | 10,01 | 5,36 | 0,87 |
| | 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 | 0,48 |
| Пт, 25 марта 22 | | | 64,09 | 28,41 | 33,22 | 95,18 | 793,23 | 0,37 | 43,02 | 21,56 | 1,91 | 158,86 | 428,03 | 92,83 | 5,43 |
| Завтрак | | | 64,09 | 28,41 | 33,22 | 95,18 | 793,23 | 0,37 | 43,02 | 21,56 | 1,91 | 158,86 | 428,03 | 92,83 | 5,43 |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------|--|--------|-------|--------|-------|--------|----------|------|--------|-------|------|----------|----------|--------|-------|
| ТТК-359н | Винегрет из овощей (без лука) | 100 | 8,53 | 1,99 | 7,79 | 8,49 | 112 | 0,07 | 41,55 | 19,99 | 0,19 | 37,32 | 62,13 | 30,55 | 1,26 |
| ТТК-738 | Котлеты "Крестьянские" с маслом | 2/50/3 | 38,50 | 14,91 | 18,09 | 12,44 | 272,21 | 0,12 | 0,03 | 0,74 | 0,37 | 16,82 | 212,32 | 32,92 | 2,24 |
| 516/04 | Макаронные изделия отварные | 180 | 7,38 | 6,43 | 5,24 | 43,85 | 248,26 | 0,1 | 0,03 | 0,00 | 1,29 | 13,85 | 55,4 | 9,9 | 1 |
| ТТК-343н | Кофейный напиток полусладкий | 200 | 7,42 | 2,8 | 1,83 | 15,49 | 89,57 | 0,03 | 1,41 | 0,83 | 0,06 | 83,07 | 73,28 | 8,96 | 0,45 |
| | 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 | 0,48 |
| Сб, 26 марта 22 | | | 72,28 | 21,57 | 29,63 | 72,29 | 642,12 | 0,42 | 2,93 | 53,28 | 0,66 | 166,29 | 386,81 | 112,75 | 7,02 |
| Завтрак | | | 72,28 | 21,57 | 29,63 | 72,29 | 642,12 | 0,42 | 2,93 | 53,28 | 0,66 | 166,29 | 386,81 | 112,75 | 7,02 |
| ТТК-62 | Салат из отварной свеклы | 100 | 6,13 | 1,94 | 6,12 | 11,37 | 108,34 | 0,03 | 1,16 | 12,92 | 0,13 | 47,8 | 55,56 | 28,42 | 1,81 |
| ТТК 28Н | Запеканка картофельная с мясом "Школьная"с/м | 200/3 | 55,97 | 14,9 | 21,94 | 34,4 | 394,66 | 0,32 | 0,62 | 39,61 | 0,48 | 45,74 | 253,1 | 62,43 | 3,86 |
| ТТК - 437 | Чай полусладкий с молоком с мармеладом | 200/16 | 7,92 | 2,45 | 1,3 | 11,61 | 67,93 | 0,02 | 1,15 | 0,75 | 0,05 | 64,95 | 53,25 | 11,4 | 0,87 |
| | 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 | 0,48 |
| Итого | | | 437,4 | 169,48 | 131,8 | 482,62 | 3 794,66 | 2,19 | 281,41 | 186 | 7 | 1 246,14 | 2 405,05 | 758,57 | 35,07 |

| | Масса порции г | Цена, руб. | Пищевые вещества, г. | | | Энерг. ценность | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | | |
|--------------------------|----------------|------------|----------------------|--------|----------|-----------------|--------------|------|--------|-------|--------------------------|---------|--------|-------|----|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | Старшие | В1 | А | С | Е | Са | Р | Mg | Fe |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| ИТОГО ЗА 6 дней | | 437,4 | 141,78 | 144,90 | 545,76 | 3876,00 | 1,98 | 1,44 | 110,28 | 17,10 | 1890,00 | 1890,00 | 472,50 | 28,38 | |
| В среднем в день: | | 72,90 | 23,63 | 24,15 | 90,96 | 646,00 | 0,33 | 0,24 | 18,38 | 2,85 | 315,00 | 315,00 | 78,75 | 4,73 | |

Зам. директора по производству и качеству
 Г.Н. Мартынова

Ведущий экономист по ценам
 Н.В. Журавлева

Зам. начальника производственного отдела
 Л.Х. Гузаирова