

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

\_ Р.И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

(№ образовательной организации)

(ФИО руководителя)

(подпись)

**Примерное недельное меню рационов питания учащихся 5-11 классов в образовательных организациях  
г.Набережные Челны с 07.11.2024г. по 09.11.2024 г.**  
1гр.1,12,20,64 2гр.39,14 3гр.46,78,76,48 4гр.24,32,34,87 5гр.18,78пр,84 6гр.51,36,62 7гр.89,30,41 8гр.13,25,22,26  
9гр.35,86,31 0гр.58,58ф,67,2 31гр.81,7,8 32гр.52,37,33

**Стоимость питания  
80,48руб./день;**

Категория питания: завтраки старшие

1 группа

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углев. оды		В1	А	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe
<b>Чт, 07 ноября 24</b>			20,62	24,09	84,56	637,55	0,36	0,96	53,9	1,33	90,21	388,51	104,87	4,5
<b>Завтрак</b>			20,62	24,09	84,56	637,55	0,36	0,96	53,9	1,33	90,21	388,51	104,87	4,5
ттк-976	Салат из белокочанной капусты с кукурузой	100	1,41	6,07	8,68	95,03	0,02	0,24	47,12	0,08	39,53	24,72	12,67	0,49
ттк№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (горош.зел.)	75/25	11,24	12,44	15,2	217,69	0,1	0,01	1,65	0,58	15,17	164,19	24,74	1,84
510/04	Каша пшеничная вязкая	180	5,57	5,27	29,22	186,58	0,19	0,03	0,00	0,57	20,33	167,93	53,47	1,51
ТТК261	Напиток "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
<b>Итого стоимость питания в день</b>		80,48 руб.												
<b>Пт, 08 ноября 24</b>			15,03	11,93	97,16	556,05	0,31	2,32	11,47	0,63	337,91	365,91	92,84	4,31
<b>Завтрак</b>			15,03	11,93	97,16	556,05	0,31	2,32	11,47	0,63	337,91	365,91	92,84	4,31
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	0,4	0,4	9	41,2	0,03	0,05	10	0,2	16,7	11	8	2
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	200/5	7,17	7,04	43,24	264,97	0,22	2,23	1,26	0,36	134,94	222,93	61,12	1,24
ттк№253н	Чай "Витаминный"полусл. с мармеладом	200/16	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"	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
<b>Итого стоимость питания в день</b>		80,48 руб.												
<b>Сб, 09 ноября 24</b>			22,83	46,13	85,56	848,82	0,29	132,07	7,85	0,32	88,09	331,57	89,35	5,01
<b>Завтрак</b>			22,83	46,13	85,56	848,82	0,29	132,07	7,85	0,32	88,09	331,57	89,35	5,01
ТТК-66	Салат "Солнышко"	100	0,97	10,17	13,12	147,89	0,05	132,01	6,16	0,32	22,6	39,45	27,37	1,03
392/11	Пельмени мясные отварные с маслом	200/3	16,68	29,92	35,19	476,81	0,19	0,01	1,59	0,00	52,74	258,97	47,08	2,68
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/18	2,9	5,77	22,34	152,93	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
<b>Итого стоимость питания в день</b>	80,48 руб.												
<b>Итого</b>		58,48	82,15	267,28	2 042,42	0,96	135,35	73,22	2,28	516,21	1 085,99	287,06	13,82

	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
		Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>ИТОГО ЗА 3 дней</b>		58,48	82,15	267,28	2 042,42	0,96	135,35	73,22	2,28	516,21	1 085,99	287,06	13,82
<b>В среднем в день:</b>		19,49	27,38	89,09	680,81	0,32	45,12	24,41	0,76	172,07	362,00	95,69	4,61

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам. начальника производственного отдела



Г.Н. Мартынова



Г.Х.Шайдуллина



А. В. Каримова