

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

_ Р.И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

(№ образовательной организации)

(ФИО руководителя)

(подпись)

Примерное недельное меню рационов питания учащихся 1-4 классов в образовательных организациях г. Набережные Челны с 27.04.2026г. по 30.04.2026 г.

1гр.3,5,9,10,57 2гр.4,6,69 3гр.38,36ф,59 4гр.43,79,49,55,24 5 гр.17,60,45 6 гр.42,42л,75 7гр.54,53,16 8гр.23,40,61
9гр.15,19,77 0гр.50,11,88 31гр.44,56,21 32гр.27,28,29,68

**Стоимость питания
77,76руб./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 | Углев. оды | | В1 | А | С | Е | Ca | Р | Mg | Fe |
| Пн, 27 апреля 26 | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| 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№-202н | Котлеты "Крестьянские" с овощами (горош.зел.) | 75/15 | 11,21 | 12,43 | 12,84 | 208,1 | 0,1 | 0,01 | 1,21 | 0,46 | 13,93 | 161,94 | 24,72 | 1,78 |
| 510/04 | Каша ячневая вязкая | 150 | 3,28 | 4,23 | 21,1 | 135,54 | 0,09 | 0,02 | 0,00 | 0,48 | 28,16 | 112,42 | 16,22 | 0,6 |
| ТТК-356н | Компот "Фруктово-ягодный" ассорти | 200 | 0,01 | 0,01 | 16,66 | 66,73 | 0,00 | 0,02 | 0,2 | 0,00 | 0,23 | 0,27 | 0,15 | 0,02 |
| | 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 | | 77,76 руб. | | | | | | | | | | | | |
| Вт, 28 апреля 26 | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 российский (порц) | 10 | 2,86 | 2,76 | 0,00 | 36,25 | 0,00 | 0,03 | 0,07 | 0,04 | 106 | 63,6 | 5,83 | 0,00 |
| ТТК-360н | Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом | 180/3 | 6,09 | 6,12 | 25,17 | 180,07 | 0,11 | 3,18 | 1,87 | 0,14 | 180,5 | 175,68 | 34,6 | 0,77 |
| ттк№253н | Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным | 200/18 | 2,86 | 5,77 | 23,07 | 155,66 | 0,00 | 0,35 | 2,55 | 0,05 | 6,07 | 7,42 | 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 | | 77,76 руб. | | | | | | | | | | | | |
| Ср, 29 апреля 26 | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| ТТК-294н | Огурец свежий порциями | 60 | 3,26 | 0,06 | 1,53 | 19,72 | 0,02 | 0,01 | 6,12 | 0,06 | 14,08 | 25,7 | 8,57 | 0,37 |
| 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 |
| ТТК - 181а | Макаронны отварные | 150 | 5,3 | 4,96 | 36,41 | 211,45 | 0,09 | 0,00 | 0,00 | 1,07 | 18,55 | 46,22 | 8,71 | 0,89 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------------------------------|-------------------------------------|------------|-------|--------|--------|-------|-------|-------|------|--------|----------|--------|-------|------|
| ТТК-258к | Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка | 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 "Рябиனுшка" | 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 | | 77,76 руб. | | | | | | | | | | | | |
| Чт, 30 апреля 26 | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | 20,52 | 11,25 | 103,95 | 599,12 | 0,35 | 25,67 | 13,7 | 1,1 | 75,68 | 373,57 | 118,23 | 7,23 | |
| ТТК-495н | Десерт фруктовый Груша | 130 | 1,3 | 0,00 | 32,5 | 135,2 | 0,03 | 0,00 | 6,5 | 0,52 | 24,7 | 20,8 | 15,6 | 2,99 |
| ттк-№398н | Плов Азиатский | 40/160 | 16,67 | 10,92 | 41,26 | 330 | 0,27 | 25,6 | 3,9 | 0,56 | 35,03 | 317,86 | 86,77 | 2,89 |
| 686/04 | Чай с лимоном | 200/7 | 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 "Рябиனுшка" | 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 | | 77,76 руб. | | | | | | | | | | | | |
| Итого | | 87,84 | 56,8 | 322,65 | 2 153 | 1,03 | 38,27 | 55,07 | 4,95 | 537,74 | 1 259,08 | 363 | 17,93 | |

| | 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 |
| ИТОГО ЗА 4 дней | | 87,84 | 56,8 | 322,65 | 2 153 | 1,03 | 38,27 | 55,07 | 4,95 | 537,74 | 1 259,08 | 363 | 17,93 |
| В среднем в день: | | 21,96 | 14,20 | 80,66 | 538,25 | 0,26 | 9,57 | 13,77 | 1,24 | 134,44 | 314,77 | 90,75 | 4,48 |

Зам. Ген.директора по производству и качеству

Г. Н. Фазуллина

Экономист по ценам

Г.Х.Шайдуллина

Зам.начальника производственного отдела

А. В. Каримова

"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

Стоимость питания

Категория питания: завтраки старшие

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 | Са | Р | Mg | Fe |
| Пн, 27 апреля 26 | | | 19,26 | 23,34 | 80,63 | 609,59 | 0,28 | 0,06 | 31,85 | 1,26 | 105 | 355,26 | 70,85 | 3,66 |
| Завтрак | | | 19,26 | 23,34 | 80,63 | 609,59 | 0,28 | 0,06 | 31,85 | 1,26 | 105 | 355,26 | 70,85 | 3,66 |
| ТТК-357н | Салат "Капуста квашеная" (б/лука) | 100 | 1,8 | 5,55 | 8,54 | 91,33 | 0,02 | 0,00 | 30 | 0,1 | 48 | 31 | 16 | 0,6 |
| 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 ячневая вязкая | 180 | 3,93 | 5,07 | 25,32 | 162,65 | 0,11 | 0,03 | 0,00 | 0,58 | 33,8 | 134,9 | 19,46 | 0,72 |
| ТТК-356н | Компот "Фруктово-ягодный" ассорти | 200 | 0,01 | 0,01 | 16,66 | 66,73 | 0,00 | 0,02 | 0,2 | 0,00 | 0,23 | 0,27 | 0,15 | 0,02 |
| | 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 | | 92,24 руб. | | | | | | | | | | | | |
| Вт, 28 апреля 26 | | | 16,61 | 18,57 | 74,97 | 533,55 | 0,21 | 3,98 | 14,74 | 0,47 | 390,52 | 334,41 | 69,6 | 3,84 |
| Завтрак | | | 16,61 | 18,57 | 74,97 | 533,55 | 0,21 | 3,98 | 14,74 | 0,47 | 390,52 | 334,41 | 69,6 | 3,84 |
| 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 российский (порц) | 15 | 4,29 | 4,13 | 0,00 | 54,38 | 0,00 | 0,04 | 0,11 | 0,06 | 159 | 95,4 | 8,75 | 0,00 |
| ТТК-360н | Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом | 200/5 | 6,78 | 8 | 27,99 | 211,12 | 0,13 | 3,54 | 2,08 | 0,16 | 200,95 | 195,69 | 38,45 | 0,86 |
| ттк№253н | Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным | 200/18 | 2,86 | 5,77 | 23,07 | 155,66 | 0,00 | 0,35 | 2,55 | 0,05 | 6,07 | 7,42 | 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 | | 92,24 руб. | | | | | | | | | | | | |
| Ср, 29 апреля 26 | | | 38,21 | 10,99 | 84,22 | 588,58 | 0,26 | 8,94 | 11,55 | 2,67 | 79,16 | 311,17 | 128,2 | 4,13 |
| Завтрак | | | 38,21 | 10,99 | 84,22 | 588,58 | 0,26 | 8,94 | 11,55 | 2,67 | 79,16 | 311,17 | 128,2 | 4,13 |
| ТТК-294н | Огурец свежий порциями | 100 | 5,44 | 0,1 | 2,55 | 32,86 | 0,03 | 0,01 | 10,2 | 0,1 | 23,46 | 42,84 | 14,28 | 0,61 |
| 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 |
| ТТК - 181а | Макаронные отварные | 180 | 6,36 | 5,95 | 43,7 | 253,74 | 0,1 | 0,00 | 0,00 | 1,28 | 22,26 | 55,47 | 10,45 | 1,07 |
| ТТК-258к | Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка | 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 | | 92,24 руб. | | | | | | | | | | | | |
| Чт, 30 апреля 26 | | | 23,45 | 16,53 | 113,96 | 698,38 | 0,38 | 30,07 | 14,25 | 1,54 | 90,67 | 446,9 | 137,06 | 8,28 |
| Завтрак | | | 23,45 | 16,53 | 113,96 | 698,38 | 0,38 | 30,07 | 14,25 | 1,54 | 90,67 | 446,9 | 137,06 | 8,28 |
| ТТК-495н | Десерт фруктовый Груша | 130 | 1,3 | 0,00 | 32,5 | 135,2 | 0,03 | 0,00 | 6,5 | 0,52 | 24,7 | 20,8 | 15,6 | 2,99 |
| ттк-№1021 | Плов из говядины | 50/200 | 19,6 | 16,2 | 51,27 | 429,26 | 0,3 | 30 | 4,45 | 1 | 50,02 | 391,19 | 105,6 | 3,94 |
| 686/04 | Чай с лимоном | 200/7 | 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" | 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 | | 92,24 руб. | | | | | | | | | | | | |
| Итого | | | 97,53 | 69,43 | 353,78 | 2 430,1 | 1,13 | 43,05 | 72,39 | 5,94 | 665,35 | 1 447,74 | 405,71 | 19,91 |

| | 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 |
| ИТОГО ЗА 4 дней | | 97,53 | 69,43 | 353,78 | 2 430,1 | 1,13 | 43,05 | 72,39 | 5,94 | 665,35 | 1 447,74 | 405,71 | 19,91 |
| В среднем в день: | | 24,38 | 17,36 | 88,45 | 607,53 | 0,28 | 10,76 | 18,10 | 1,49 | 166,34 | 361,94 | 101,43 | 4,98 |

Зам. Ген.директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам.начальника производственного отдела



Г. Н. Фазуллина



Г.Х.Шайдуллина



А. В. Каримова