


"УТВЕРЖДАЮ"  
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

 В.П. Гусева

"СОГЛАСОВАНО"

(№ образовательной организации)

(ФИО руководителя)

(подпись)

Стоимость питания 64,19руб./день;

Примерное недельное меню рационов питания учащихся 1-4 классов в образовательных организациях г.

Набережные Челны с 24.04.2023г. по 29.04.2023 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





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	Са	Р	Mg	Fe
Пн, 24 апреля 23			20,18	20,86	76,34	573,8	0,32	0,14	19,91	1,29	77,14	333,45	122,75	5,48
Завтрак			20,18	20,86	76,34	573,8	0,32	0,14	19,91	1,29	77,14	333,45	122,75	5,48
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
тнк№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (кукур.конс.)	75/15	11,66	12,43	12,06	206,78	0,1	0,01	1,76	0,29	22,64	168,88	24,86	1,77
510/04	Каша гречневая вязкая	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	Компот "Флодово-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		64,19 руб.												
Вт, 25 апреля 23			19,14	18,99	79,6	565,95	0,23	4,78	14,7	0,53	513,02	410,35	77,01	3,82
Завтрак			19,14	18,99	79,6	565,95	0,23	4,78	14,7	0,53	513,02	410,35	77,01	3,82
	Десерт фруктовый Яблоко	116	0,46	0,46	10,44	47,79	0,03	0,06	11,6	0,23	19,37	12,76	9,28	2,32
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	0,15
ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	180/3	6,09	6,2	23,63	174,69	0,11	3,18	1,87	0,14	180,5	175,68	34,6	0,77
ТТК №839к	Напиток из цикория с молоком с печ. сах в ассорт.	200/15	4,41	6,52	30,62	198,8	0,03	1,54	1,08	0,07	85,35	65,01	10,53	0,1
	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, 26 апреля 23			32,17	16,38	70,59	558,5	0,35	25,06	11,03	1,21	145,01	462,53	188,18	5,29
Завтрак			32,17	16,38	70,59	558,5	0,35	25,06	11,03	1,21	145,01	462,53	188,18	5,29
35/2010	Салат из свеклы с яблоком	60	0,89	3,12	8,21	64,49	0,02	0,5	7,24	0,09	23,19	25,46	13,45	1,12
ТТК-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 - 437	Чай полусладкий с молоком с пряником	200/28	1,65	1,3	7,46	48,14	0,02	1,15	0,75	0,05	64,95	53,25	11,4	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		64,19 руб.												
Чт, 27 апреля 23			7,49	16,43	74,63	476,33	0,31	0,98	145,97	0,59	133,83	190,79	75,77	2,75
Завтрак			7,49	16,43	74,63	476,33	0,31	0,98	145,97	0,59	133,83	190,79	75,77	2,75
	Десерт фруктовый Апельсин	200	1,8	0,00	16,8	74,4	0,08	0,00	120	0,44	68	46	26	0,6
ТТК-491н	Палочки рыбо-крупные 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	0,02
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-268н	Компот "Флодово-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.												
Пт, 28 апреля 23			25,43	21,61	81,38	621,76	0,26	1,95	9,01	1,28	83,19	279,05	61,38	4,5
Завтрак			25,43	21,61	81,38	621,76	0,26	1,95	9,01	1,28	83,19	279,05	61,38	4,5

52/11	Салат из свеклы отварной	60	1,16	3,67	6,82	65	0,02	0,7	7,75	0,08	28,68	33,33	17,05	1,09
ттк-992	Мясо "Нежное" в соусе	100	16,13	13,28	3,68	198,76	0,1	1,21	1,23	0,13	22,5	170,78	23,85	2,01
516/04	Макаронные изделия отварные	150	5,36	4,37	36,54	206,89	0,09	0,02	0,00	1,07	15,96	47,07	8,52	0,87
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	0,5	0,02	19,43	79,92	0,00	0,02	0,03	0,00	8,25	2,97	1,46	0,05
	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, 29 апреля 23			17,89	27,87	83,01	654,45	0,25	0,11	11,53	0,2	76,99	277,32	65,27	5,72
Завтрак			17,89	27,87	83,01	654,45	0,25	0,11	11,53	0,2	76,99	277,32	65,27	5,72
	Десерт фруктовый Яблоко	100	0,4	0,4	9	41,2	0,03	0,05	10	0,2	16,7	11	8	2
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	2,42
686/04	Чай с лимоном с мармеладом	200/7/16	0,2	0,05	27,42	110,94	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.												
Итого			122,3	122,14	465,55	3 450,79	1,72	33,02	212,15	5,1	1 029,18	1 953,49	590,36	27,56

	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 6 дней		122,3	122,14	465,55	3 450,79	1,72	33,02	212,15	5,1	1 029,18	1 953,49	590,36	27,56
В среднем в день:		20,38	20,36	77,59	575,13	0,29	5,50	35,36	0,85	171,53	325,58	98,39	4,59

Зам. директора по производству и качеству		Г.Н. Мартынова	
Экономист по ценам		Н.В. Журавлева	
Зам. начальника производственного отдела		А.В.Каримова	
"УТВЕРЖДАЮ"			"СОГЛАСОВАНО"
Генеральный директор			(№ образовательной организации)
ООО "Школьное питание"			(ФИО руководителя)
 _____ В.П. Гусева			(подпись)

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

Стоимость питания 77,34руб

Категория питания: завтраки старшие

2 группа

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценнос ть, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещес		
				Белк и	Жиры	Углевод ы		В1	А	С	Е	Ca	Р	Mg
Пн, 24 апреля 23			68,04	22,16	24,04	86,55	651,19	0,36	0,16	32,71	1,39	105,32	374,82	143,86
Завтрак			68,04	22,16	24,04	86,55	651,19	0,36	0,16	32,71	1,39	105,32	374,82	143,86

ТТК-357н	Салат "Капуста квашеная" (б/лука)	100	9,07	1,8	5,55	8,54	91,33	0,02	0,00	30	0,1	48	31	16
ттк№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (кукур.конс.)	75/25	41,89	12	12,44	13,89	215,47	0,1	0,01	2,56	0,29	29,69	175,76	24,97
510/04	Каша гречневая вязкая	180	7,33	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 "Фруктово-ягодный" из кураги	200	7,38	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	2,37	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5
Вт, 25 апреля 23			69,51	26,37	35,09	57,56	651,55	0,24	3,76	11,92	1,24	271,32	449,7	55,75
Завтрак			69,51	26,37	35,09	57,56	651,55	0,24	3,76	11,92	1,24	271,32	449,7	55,75
	Десерт фруктовый Яблоко	101	8,19	0,4	0,4	9,09	41,61	0,03	0,05	10,1	0,2	16,87	11,11	8,08
340/04	Омлет натуральный с маслом	200/5	47,41	19,28	27,9	2,94	339,95	0,13	2,17	0,74	0,97	161,3	348,68	26,64
ТТК №839к	Напиток из цикория с молоком с печ. сах в ассорт.	200/15	11,54	4,41	6,52	30,62	198,8	0,03	1,54	1,08	0,07	85,35	65,01	10,53
	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
Ср, 26 апреля 23			73,39	45,76	23,56	89,46	752,88	0,46	33,34	16,87	1,71	178,27	627,18	262,18
Завтрак			73,39	45,76	23,56	89,46	752,88	0,46	33,34	16,87	1,71	178,27	627,18	262,18
35/2010	Салат из свеклы с яблоком	100	6,25	1,49	5,2	13,68	107,49	0,03	0,83	12,07	0,15	38,66	42,44	22,41
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	75/200	56,42	40,34	16,79	53,41	526,06	0,36	31,36	4,05	1,51	66,86	506,59	217,87
ТТК - 437	Чай полусладкий с молоком с пряником	200/28	8,35	1,65	1,3	7,46	48,14	0,02	1,15	0,75	0,05	64,95	53,25	11,4
	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
Чт, 27 апреля 23			91,8	27,46	12,26	82,73	551,14	0,49	37,13	150,81	1,09	167,84	413,38	158,23
Завтрак			91,80	27,46	12,26	82,73	551,14	0,49	37,13	150,81	1,09	167,84	413,38	158,23
	Десерт фруктовый Апельсин	190	23,84	1,71	0,00	15,96	70,68	0,08	0,00	114	0,42	64,6	43,7	24,7
ттк №241н	Минтай тушеный с овощами	75/50	43,37	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	17,80	3,97	5,89	26,55	175,11	0,2	1,12	31,16	0,18	52,36	117,05	39,5
ТТК-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из изюма	200	4,42	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	2,37	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5
Пт, 28 апреля 23			84,03	20,77	17,91	94,85	623,68	0,29	7,23	16,58	1,53	106,03	242,07	67,31
Завтрак			84,03	20,77	17,91	94,85	623,68	0,29	7,23	16,58	1,53	106,03	242,07	67,31
52/11	Салат из свеклы отварной	100	4,94	1,94	6,12	11,37	108,34	0,03	1,16	12,92	0,13	47,8	55,56	28,42
433/2004	Мясо тушеное	50/50	65,94	9,62	6,26	5,29	115,97	0,11	6,02	3,63	0,11	23,03	102,16	16,71
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
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	3,15	0,5	0,02	19,43	79,92	0,00	0,02	0,03	0,00	8,25	2,97	1,46
	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
Сб, 29 апреля 23			77,23	20,33	31,7	87,87	718,14	0,29	0,09	76,89	0,28	109,97	322,08	78,55
Завтрак			77,23	20,33	31,7	87,87	718,14	0,29	0,09	76,89	0,28	109,97	322,08	78,55
	Десерт фруктовый Апельсин	120	15,06	1,08	0,00	10,08	44,64	0,05	0,00	72	0,26	40,8	27,6	15,6
440/10	Пельмени мясные отварные с маслом	200/5	52,63	16,7	31,37	35,22	490,05	0,19	0,02	1,59	0,00	53,22	259,57	47,09
686/04	Чай с лимоном с мармеладом	200/7/16	7,17	0,27	0,06	27,66	112,26	0,00	0,07	3,3	0,02	8,15	10,01	5,36
	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
Итого			464	162,85	144,56	499,02	3 948,58	2,13	81,71	305,78	7,24	938,75	2 429,23	765,88

	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценнос ть, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещес		
			Белк и	Жиры	Углевод ы		В1	А	С	Е	Ca	Р	Mg
ИТОГО ЗА 6 дней		464	162,85	144,56	499,02	3 948,58	2,13	81,71	305,78	7,24	938,75	2 429,23	765,88
В среднем в день:		77,33	27,14	24,09	83,17	658,10	0,36	13,62	50,96	1,21	156,46	404,87	127,65

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам. начальника производственного отдела



Г.Н. Мартынова

Н.В. Журавлева

А.В.Каримова



5./день:

ства, мг
Fe
6,27
6,27

0,6
1,83
2,95
0,41
0,48
6,53
6,53
2,02
3,93
0,1
0,48
7,21
7,21
1,87
3,99
0,87
0,48
4,19
4,19
0,57
1,25
1,44
0,45
0,48
4,7
4,7
1,81
1,32
1,04
0,05
0,48
4,4
4,4
0,36
2,69
0,87
0,48
33,3

тВа, мг
Fe
33,3
5,55