

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

 _ Р.И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

(№ образовательной организации)

(ФИО руководителя)

(подпись)

Стоимость питания
88руб./день;

Примерное недельное меню рационов питания учащихся 5-11 классов в образовательных организациях
г.Набережные Челны с 19.05.2025г. по 24.05.2025 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

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
Пн, 19 мая 25			20	17,99	84,39	579,39	0,38	0,06	61,85	1,37	77,53	380,29	101,86	4,15
Завтрак			20	17,99	84,39	579,39	0,38	0,06	61,85	1,37	77,53	380,29	101,86	4,15
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	100	0,9	0,00	8,4	37,2	0,04	0,00	60	0,22	34	23	13	0,3
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
ТТК-503	Напиток "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		88 руб.												
Вт, 20 мая 25			14,43	11,92	86,87	512,41	0,3	2,63	13,93	0,68	330,51	365,25	92,6	4,34
Завтрак			14,43	11,92	86,87	512,41	0,3	2,63	13,93	0,68	330,51	365,25	92,6	4,34
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	200/18	0,16	0,05	19,72	79,94	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		88 руб.												
Ср, 21 мая 25			27,61	36,09	89,31	792,52	0,27	0,05	11,94	0,74	92,25	337,36	76,66	4,17
Завтрак			27,61	36,09	89,31	792,52	0,27	0,05	11,94	0,74	92,25	337,36	76,66	4,17
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
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№258к	Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка с печеньем	200/18	3,21	5,8	36,66	211,66	0,00	0,03	0,15	0,64	8,25	10,65	4,8	0,4

	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		88 руб.												
Чт, 22 мая 25			17,67	14,46	81,48	526,74	0,28	1,24	46,19	0,4	85,01	162,96	63,36	4,79
Завтрак			17,67	14,46	81,48	526,74	0,28	1,24	46,19	0,4	85,01	162,96	63,36	4,79
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
ТТК 491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ.(кукур.кон)	2/40/20	10,75	7,84	15,74	176,51	0,00	0,00	1,73	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
520/04	Пюре картофельное	180	3,97	5,89	26,55	175,11	0,2	1,12	31,16	0,18	52,36	117,05	39,5	1,44
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		88 руб.												
Пт, 23 мая 25			24,17	26,57	95,16	716,42	0,4	150,14	12,12	1,34	94,66	470,63	146,26	5,25
Завтрак			24,17	26,57	95,16	716,42	0,4	150,14	12,12	1,34	94,66	470,63	146,26	5,25
612/04	Маринад овощной с томатом	100	1,28	10,08	9	131,83	0,05	120	7,2	0,33	23,89	46,16	26,81	0,69
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
ТТК-81н	Огурцы консервированные порциями	10	0,51	0,00	0,55	4,22	0,00	0,12	0,44	0,01	4,7	5,41	1,89	0,09
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		88 руб.												
Сб, 24 мая 25			21,77	29,42	95,99	735,89	0,38	0,22	12,19	1,05	56,2	327,84	136,2	7,96
Завтрак			21,77	29,42	95,99	735,89	0,38	0,22	12,19	1,05	56,2	327,84	136,2	7,96
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	110	0,44	0,44	9,9	45,32	0,03	0,06	11	0,22	18,37	12,1	8,8	2,2
ТТК-84н	Биточки "Рябушка" с овощами (зел.гор зам.)	75/25	10,64	16,52	19,1	267,62	0,11	0,02	1,09	0,48	15,01	151,97	24,94	1,52
ТТК-187а	Каша гречневая вязкая	180	5,51	6,42	29,74	198,83	0,19	0,09	0,00	0,35	10,07	130,62	87,56	2,94
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
Итого стоимость питания в день		88 руб.												
Итого			125,65	136,45	533,2	3 863,37	2,01	154,34	158,22	5,58	736,16	2 044,33	616,94	30,66

	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
ИТОГО ЗА 6 дней		125,65	136,45	533,2	3 863,37	2,01	154,34	158,22	5,58	736,16	2 044,33	616,94	30,66
В среднем в день:		20,94	22,74	88,87	643,90	0,34	25,72	26,37	0,93	122,69	340,72	102,82	5,11

Зам. директора по производству и качеству

Г.Н. Мартынова

Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам

Зам.начальника производственного отдела



Г.Х.Шайдуллина

А. В. Каримова