

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

 В.П. Гусева

"СОГЛАСОВАНО"

(№ образовательной организации)

(ФИО руководителя)

(подпись)

Примерное недельное меню рационов питания учащихся 1-4 классов в образовательных организациях
Заинского района с 07.02.2022г. по 12.02.2022 г.

Стоимость питания Младшие
55,55руб./день;

Категория питания: бесплатные горячие завтраки

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг					
			Младше	Белки	Жиры		Углево	Младше	B1	A	C	E	Ca	P	Mg	Fe
				Младш	Младш		Младш		Младш	Младш	Младш	Младш	Младш	Младш	Младш	Младш
Пн, 07 февраля 22			21,07	11,19	78,42	498,53	0,28	193,14	6,28	1,68	307,49	318,32	83,56	2,73		
Завтрак			21,07	11,19	78,42	498,53	0,28	193,14	6,28	1,68	307,49	318,32	83,56	2,73		
62/11	Салат из моркови с сахаром	75	1,24	0,1	10,35	47,24	0,06	191,52	4,79	0,38	25,86	52,67	36,39	0,67		
ттк №358н	Колбасные изд. отварные (сосиски) с овощ.(огурцы консервир.)	75/15	9,39	4,62	1,13	83,64	0,05	0,19	0,66	0,17	179,22	121,3	19,46	0,29		
516/04	Макаронные изделия отварные	150	5,36	4,37	36,54	206,89	0,09	0,02	0,00	1,07	11,54	46,17	8,25	0,84		
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	200	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	2,28	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		55,55 руб.														
Вт, 08 февраля 22			32,73	19,6	87,44	657,17	0,34	33,02	58,16	0,99	99,26	349,59	159,76	4,56		
Завтрак			32,73	19,6	87,44	657,17	0,34	33,02	58,16	0,99	99,26	349,59	159,76	4,56		
ТТК№357н	Салат "Капуста квашеная"	75	1,34	3,76	6,51	65,26	0,02	0,00	21,15	0,09	35,19	26,15	12,06	0,48		
ТТК -338к	Рагу из мякоти птицы	50/150	26,25	7,4	16,9	239,21	0,26	32,92	36,89	0,9	42,8	290,46	133,06	3,13		
ттк№253н	Чай "Витаминный" полусл. с блинчиком с яблочным повидлом	200/63	2,86	8,17	49,12	281,51	0,01	0,1	0,12	0,00	13,47	8,08	4,14	0,47		
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	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		55,55 руб.														
Ср, 09 февраля 22			27,89	14,66	91,88	611,06	0,47	32,74	16,44	0,88	77,02	436,52	195,27	9,32		
Завтрак			27,89	14,66	91,88	611,06	0,47	32,74	16,44	0,88	77,02	436,52	195,27	9,32		
	Десерт фруктовый Мандарин	70	0,07	0,00	13,58	54,6	0,01	0,00	5,6	0,14	0,00	0,00	0,00	0,00		
35/2010	Салат из свеклы с яблоком	75	1,11	3,9	10,26	80,62	0,02	0,63	9,05	0,11	28,99	31,83	16,81	1,4		
ттк №247н	Гречка с говядиной "Батыр"	50/150	24,23	10,44	48,07	383,15	0,39	32,06	1,69	0,63	35,28	371,54	163,56	6,62		
ТТК-475	Чай полусладкий	200	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	2,28	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		55,55 руб.														
Чт, 10 февраля 22			13,12	22,97	65,05	519,39	0,31	40,91	78,26	0,49	117,36	217,46	94,76	4,2		
Завтрак			13,12	22,97	65,05	519,39	0,31	40,91	78,26	0,49	117,36	217,46	94,76	4,2		
ТТК-130	Салат "Метелка"	75	1,45	7,58	5,55	96,23	0,03	32,29	32,5	0,14	38,15	34,7	19,33	0,76		
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/50	4,46	7,6	5,63	108,76	0,02	8,01	2,64	0,11	12,7	10,14	10,72	0,47		
520/04	Пюре картофельное	150	3,31	4,6	15,04	114,76	0,21	0,54	39,82	0,22	50,56	137,71	48,85	1,62		
686/04	Чай с лимоном с печеньем "Со вкусом топленого молока"	200/7/18	1,62	2,92	23,92	128,45	0,00	0,07	3,3	0,02	8,15	10,01	5,36	0,87		
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	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		55,55 руб.												
Пт, 11 февраля 22			20,37	38,36	44,1	603,21	0,26	136,74	66,75	1,31	251,99	405,06	81,69	5,52
Завтрак			20,37	38,36	44,1	603,21	0,26	136,74	66,75	1,31	251,99	405,06	81,69	5,52
	Десерт фруктовый Апельсин	100	0,9	0,00	8,4	37,2	0,04	0,00	60	0,22	34	23	13	0,3
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	2,33	3,89	14,98	104,29	0,05	2,25	0,00	0,00	9	26,4	10,52	0,49
тк-66	Салат " Солнышко"	75	0,94	7,64	10,96	116,42	0,05	131,68	5,44	0,31	21,36	38,57	26,73	0,89
340/2004	Омлет натуральный с маслом	150/10	14,55	25,53	2,3	297,15	0,1	1,66	0,56	0,73	122,68	263,84	20,04	2,97
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	1,65	1,3	7,46	48,15	0,02	1,15	0,75	0,05	64,95	53,25	11,4	0,87
Итого стоимость питания в день		55,55 руб.												
Сб, 12 февраля 22			21,11	26,1	84,8	658,59	0,38	63,92	56,16	0,68	99,56	318,06	102,21	6,35
Завтрак			21,11	26,1	84,8	658,59	0,38	63,92	56,16	0,68	99,56	318,06	102,21	6,35
	Десерт фруктовый Яблоко	101	0,4	0,4	9,09	41,61	0,03	0,05	10,1	0,2	16,87	11,11	8,08	2,02
43/04	Салат из белокочанной капусты	75	1,46	3,83	7,91	71,94	0,03	20,17	44,87	0,11	39,57	28,69	15,71	0,52
ТТК-85н	Биточки "Рябушка" с овощами (морк.припущ.)	75/15	10,84	16,54	14,7	251,01	0,12	43,52	1,09	0,26	18,16	158,38	33,17	1,51
510/04	Каша пшенная вязкая	150	4,24	5,01	24,31	159,31	0,15	0,13	0,00	0,11	12,21	86,73	30,35	1
ТТК 475	Чай полусладкий с мармеладом	200/34	1,89	0,05	13,88	63,53	0,00	0,05	0,1	0,00	4,95	8,25	4,4	0,82
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	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		55,55 руб.												
Итого			136,29	132,88	451,69	3 547,95	2,04	500,47	282,05	6,03	952,68	2 045,01	717,25	32,68

	Масса порции, г	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
		Младшие	Жиры	Углеводы		Младшие	B1	A	C	E	Ca	P	Mg	Fe
ИТОГО ЗА 6 дней		121,26	124,44	477,36	3448,26	1,92	1,08	94,50	14,28	1732,50	1732,50	393,78	18,90	
В среднем в день:		20,21	20,74	79,56	574,71	0,32	0,18	15,75	2,38	288,75	288,75	65,63	3,15	

Зам. директора по производству и качеству

Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам

Р.Х. Нагимова

Зам. начальника производственного отдела

Д.М. Газизова