

"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 17.01.2022г. по 22.01.2022 г.**

**Стоимость питания Младшие 55,55руб./день;**

Категория питания: бесплатные горячие завтраки

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г	Цена, руб.	Пищевые вещества, г			Энерг. ценность Младшие	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	A	C	E	Ca	P	Mg	Fe
<b>Пн, 17 января 22</b>			59,47	19,85	29,57	86,82	692,88	0,33	191,66	19,91	0,65	117,87	334,39	104,29	6,76
<b>Завтрак</b>			59,47	19,85	29,57	86,82	692,88	0,33	191,66	19,91	0,65	117,87	334,39	104,29	6,76
	Десерт фруктовый Яблоко	136	9,88	0,54	0,54	12,24	56,03	0,04	0,07	13,6	0,27	22,71	14,96	10,88	2,72
62/11	Салат из моркови с сахаром	75	3,85	1,24	0,1	10,35	47,24	0,06	191,52	4,79	0,38	25,86	52,67	36,39	0,67
440/2010	Пельмени мясные отварные с маслом	180/5	39,88	15,03	28,6	31,7	444,36	0,17	0,02	1,43	0,00	48,02	233,77	42,38	2,42
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200	3,60	0,76	0,06	17,62	74,06	0,01	0,05	0,09	0,00	13,48	8,09	4,14	0,47
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,26	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>Вт, 18 января 22</b>			43,4	23,31	26,85	76,22	639,76	0,27	23,69	47,01	1,58	146,62	375,21	85,28	4,73
<b>Завтрак</b>			43,40	23,31	26,85	76,22	639,76	0,27	23,69	47,01	1,58	146,62	375,21	85,28	4,73
52/97; 20/10; 45/1	Салат из белокочанной капусты	75	5,04	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-84н	Котлеты "Татарские" с овощами(огур.колен.)	75/15	25,45	12,56	17,08	9,4	241,59	0,08	0,01	1,39	0,35	22,76	222,2	39,42	2,02
516/04	Макаронные изделия отварные	150	6,08	5,36	4,37	36,54	206,89	0,09	2,36	0,00	1,07	11,54	46,17	8,25	0,84
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	4,57	1,65	1,3	7,46	48,15	0,02	1,15	0,75	0,05	64,95	53,25	11,4	0,87
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,26	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>Ср, 19 января 22</b>			57,53	24,23	19,68	84,58	612,26	0,36	46,56	67,09	0,71	167,01	266,76	130,6	7,93
<b>Завтрак</b>			57,53	24,23	19,68	84,58	612,26	0,36	46,56	67,09	0,71	167,01	266,76	130,6	7,93
	Десерт фруктовый Яблоко	132	9,59	0,53	0,53	11,88	54,38	0,04	0,07	13,2	0,26	22,04	14,52	10,56	2,64
ттк-996	Салат "Бобовое зёрнышко"	75	4,87	2,63	3,97	10,99	90,18	0,05	0,66	7,67	0,12	40,88	67,18	23,84	1,48
ТТК 89н	Котлеты рыбные "Морячка" с овощами (морк.припущ.)	75/15	22,47	13,86	7,39	7,84	153,3	0,01	45,22	3,1	0,09	37,58	12,44	31,49	0,84
520/04	Пюре картофельное	150	13,74	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	4,60	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	2,26	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>Чт, 20 января 22</b>			39,47	16,13	25,73	116,69	762,78	0,36	156,6	7,18	0,96	292,74	397,48	124,38	3,09
<b>Завтрак</b>			39,47	16,13	25,73	116,69	762,78	0,36	156,6	7,18	0,96	292,74	397,48	124,38	3,09
39/10	Салат из моркови с яблоками и курагой	75	5,92	1,14	3,88	9,99	79,39	0,05	147,64	4,59	0,49	23,67	44,52	30,08	0,8
ТТК-270	Каша молочная "Дружба" с маслом	200/10	17,24	7,22	10,66	43,31	298,08	0,22	6,7	1,26	0,36	138,71	224,96	61,3	1,27
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкий с блинчиком с яблочным повидлом	200/63	14,05	5,49	10,92	48,48	314,12	0,04	2,26	1,33	0,11	122,56	103,1	22,5	0,54
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,26	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>Пт, 21 января 22</b>			77,86	22,59	15,76	50,36	433,67	0,32	0,08	61,36	0,66	89,43	330,97	90,79	5,68
<b>Завтрак</b>			77,86	22,59	15,76	50,36	433,67	0,32	0,08	61,36	0,66	89,43	330,97	90,79	5,68
ТТК№357н	Салат "Капуста квашеная"	75	8,32	1,34	3,76	6,51	65,26	0,02	0,00	21,15	0,09	35,19	26,15	12,06	0,48

436/04	Жаркое по-домашнему	200	60,04	17,08	11,68	15,06	233,69	0,25	0,03	40,11	0,57	41,49	271,67	63,83	3,9	
ТТК 475	Чай полусладкий с мармеладом	200/34	7,24	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	2,26	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>Сб, 22 января 22</b>				55,53	32,07	20,21	89,94	669,99	0,4	63,35	54,25	1,55	131,44	449,1	202,03	7,99
<b>Завтрак</b>				55,53	32,07	20,21	89,94	669,99	0,4	63,35	54,25	1,55	131,44	449,1	202,03	7,99
	Десерт фруктовый Яблоко	150	10,89	0,6	0,6	13,5	61,8	0,05	0,08	15	0,3	25,05	16,5	12	3	
ТТК-130	Салат "Метелка"	75	5,26	1,45	7,58	5,55	96,23	0,03	32,29	32,5	0,14	39,53	34,98	19,42	0,77	
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	34,62	27,43	11,7	40,45	376,85	0,27	30,91	3,45	1,09	50,78	362,29	154,57	2,86	
686/04	Чай с лимоном	200/7	2,46	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"	30,50	2,30	2,32	0,27	15,16	72,38	0,05	0,00	0,00	0,00	7,93	25,32	10,68	0,49	
<b>Итого</b>				333,26	138,18	137,8	504,61	3 811,34	2,04	481,94	256,8	6,11	945,11	2 153,91	737,37	36,18

	Масса порции, г	Цена, руб.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг					
			Младшие	Белки	Жиры		Углево	Младш	B1	A	C	E	Ca	P	Mg	Fe
				Младш	Младш		Младш		ие	Младш	Младш	Младш	Младш	Младш	Младш	Младш
ИТОГО ЗА 6 дней		333,26	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:		55,54	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

Экономист по ценам

Зам. начальника производственного отдела

Г.Н. Мартынова

Н. В. Журавлева

Д.М. Газизова