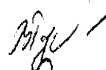


«УТВЕРЖДАЮ»

Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

 В.П.Гусева

«СОГЛАСОВАНО»

(№ образовательной организации)

(ФИО руководителя)

(подпись)

Примерное недельное меню рационов питания учащихся 5-11 классов в сельских образовательных организациях
Заинского района с 13.12.2021г. по 18.12.2021 г.

Стоимость питания Старшие
44руб./день;

Категория питания: завтраки старшие

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г	Цена, руб.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность Старшие	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	A	C	E	Ca	P	Mg	Fe	
																Старшие
Пн, 13 декабря 21				35,28	16,81	21,19	84,49	595,96	0,27	188,69	8,77	3,1	125	228,39	84,46	3,86
Завтрак				35,28	16,81	21,19	84,49	595,96	0,27	188,69	8,77	3,1	125	228,39	84,46	3,86
62/11	Салат из моркови с сахаром	75	3,63	1,17	0,09	9,95	45,3	45,3	0,05	180	4,5	0,36	24,3	49,5	34,2	0,63
ттк-652; 587/04	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	18,45	5,36	14,3	8,82	185,43	185,43	0,06	7,51	3,52	1,4	14,36	46,17	18,81	0,9
516/04	Макаронные изделия отварные	180	6,90	6,43	5,24	43,85	248,26	248,26	0,1	0,03	0,00	1,29	13,85	55,4	9,9	1
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	4,22	1,65	1,3	7,46	48,15	48,15	0,02	1,15	0,75	0,05	64,95	53,25	11,4	0,87
	Хлеб "Рябинушка"	29	2,08	2,2	0,26	14,41	68,82	68,82	0,04	0,00	0,00	0,00	7,54	24,07	10,15	0,46
Вт, 14 декабря 21				54,89	31,3	12,72	57,49	469,67	0,33	32,17	70,48	1,03	121,6	358,09	164,63	4,75
Завтрак				54,89	31,3	12,72	57,49	469,67	0,33	32,17	70,48	1,03	121,6	358,09	164,63	4,75
45/04	Салат из квашеной капусты	100	12,16	2,25	5,02	9,44	91,91	91,91	0,03	0,00	35,9	0,14	59,23	42,77	20,18	0,79
Приказ № 306 от	Рагу из мякоти птицы	50/150	37,06	26,09	7,38	16,02	234,88	234,88	0,25	32,12	34,49	0,89	41,35	283,16	130,16	3,03
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200	3,59	0,76	0,06	17,62	74,06	74,06	0,01	0,05	0,09	0,00	13,48	8,09	4,14	0,47
	Хлеб "Рябинушка"	29	2,08	2,2	0,26	14,41	68,82	68,82	0,04	0,00	0,00	0,00	7,54	24,07	10,15	0,46
Ср, 15 декабря 21				56,04	25,89	20,39	80,93	610,83	0,46	33,25	13,5	0,78	90,71	437,18	208,95	9,48
Завтрак				56,04	25,89	20,39	80,93	610,83	0,46	33,25	13,5	0,78	90,71	437,18	208,95	9,48
ТТК-62	Салат из отварной свеклы	100	6,20	1,75	10,11	10,25	138,96	138,96	0,02	1,05	11,65	0,12	43,11	50,1	25,63	1,63
ттк №247н	Гречка с говядиной "Батыр"	40/160	46,96	21,74	9,97	51,21	381,55	381,55	0,4	32,15	1,75	0,66	35,11	354,76	168,77	6,57
ТТК-475	Чай полусладкий	200	0,80	0,2	0,05	5,06	21,5	21,5	0,00	0,05	0,1	0,00	4,95	8,25	4,4	0,82
	Хлеб "Рябинушка"	29	2,08	2,2	0,26	14,41	68,82	68,82	0,04	0,00	0,00	0,00	7,54	24,07	10,15	0,46
Чт, 16 декабря 21				42,53	12,35	23,5	57,82	492,13	0,33	48,7	93,4	0,56	136,35	241,76	104,68	4,55
Завтрак				42,53	12,35	23,5	57,82	492,13	0,33	48,7	93,4	0,56	136,35	241,76	104,68	4,55
ТТК-130	Салат "Метелка"	100	6,89	1,89	10,11	7,15	127,1	127,1	0,04	40,47	43,08	0,18	49,84	44,77	24,89	0,98
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/50	16,17	4,46	7,6	5,61	108,68	108,68	0,02	7,51	2,63	0,11	12,63	10	10,62	0,47
312/11	Пюре картофельное	180	15,18	3,75	5,5	16,86	131,92	131,92	0,23	0,65	44,39	0,25	58,97	155,4	54,71	1,81
686/04	Чай с лимоном	200/7	2,43	0,27	0,06	15,28	62,73	62,73	0,00	0,07	3,3	0,02	8,15	10,01	5,36	0,87
	Хлеб "Рябинушка"	26	1,86	1,98	0,23	12,92	61,7	61,7	0,04	0,00	0,00	0,00	6,76	21,58	9,1	0,42
Пт, 17 декабря 21				31,25	12,59	19,2	72,26	512,21	0,28	187,86	6,53	1,17	259,13	375,25	92,4	2,95
Завтрак				31,25	12,59	19,2	72,26	512,21	0,28	187,86	6,53	1,17	259,13	375,25	92,4	2,95
1/04	Бутерброд с маслом	30/10	8,38	2,38	7,52	15,05	137,4	137,4	0,05	4,5	0,00	0,00	10,2	27,9	10,55	0,5
62/11	Салат из моркови с сахаром	75	3,63	1,17	0,09	9,95	45,3	45,3	0,05	180	4,5	0,36	24,3	49,5	34,2	0,63

302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/10	15,02	7,39	10,29	39,8	281,36	0,16	2,21	1,28	0,76	159,68	244,6	36,25	0,95
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	4,22	1,65	1,3	7,46	48,15	0,02	1,15	0,75	0,05	64,95	53,25	11,4	0,87
Сб, 18 декабря 21			43,99	23,61	32,16	84,65	722,46	0,42	22,07	56,14	0,7	104,66	374,54	109,2	7,1
Завтрак			43,99	23,61	32,16	84,65	722,46	0,42	22,07	56,14	0,7	104,66	374,54	109,2	7,1
	Десерт фруктовый Яблоко	112	8,13	0,45	0,45	10,08	46,14	0,03	0,06	11,2	0,22	18,7	12,32	8,96	2,24
43/04	Салат из белокочанной капусты	75	5,02	1,45	3,83	7,87	71,74	0,03	18,97	44,84	0,11	42,17	28,92	15,64	0,54
ТТК-649к	Биточки "Рябушка"	2/50	22,07	14,16	21,55	17,7	321,43	0,14	0,02	0,00	0,24	16,47	196,33	33,39	1,82
510/04	Каша пшенная вязкая	180	5,84	5,09	6,01	29,18	191,17	0,18	2,97	0,00	0,13	14,65	104,07	36,41	1,2
ТТК-475	Чай полусладкий	200	0,80	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"	29,70	2,13	2,26	0,27	14,76	70,48	0,04	0,00	0,00	0,00	7,72	24,65	10,4	0,48
Итого			263,98	122,55	129,16	437,64	3 403,26	2,09	512,74	248,82	7,34	837,45	2 015,21	764,32	32,69

	Масса порции, г	Цена, руб.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
			Белки	Жиры	Углеводы		Старшие	B1	A	C	E	Ca	P	Mg	Fe
								Старшие	Старшие	Старшие	Старшие	Старшие	Старшие	Старшие	Старшие
ИТОГО ЗА 6 дней		263,98	128,28	144,90	545,76	3876,00	2,28	1,44	110,28	17,10	1890,00	1890,00	472,50	28,38	
В среднем в день:		44,00	21,38	24,15	90,96	646,00	0,38	0,24	18,38	2,85	315,00	315,00	78,75	4,73	

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам. начальника производственного отдела

Г.Н. Мартынова

Н. В. Журавлева

Д.М. Газизова