


"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 06.04.2022г. по 09.04.2022 г.**

**Стоимость питания Старшие
47руб./день;**

Категория питания: завтраки старшие

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность Старшие	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Са	Р	Mg	Fe
Ср, 06 апреля 22														
Завтрак														
			31,77	13,32	64,1	503,38	0,36	32,07	9,3	1,19	135,26	461,86	183,61	4,52
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	27,43	11,7	40,45	376,85	0,27	30,91	3,45	1,09	50,78	362,29	154,57	2,86
	Огурец свежий порциями (доп.гарнир)	50	0,41	0,05	1,28	7,19	0,02	0,01	5,1	0,05	11,73	21,42	7,14	0,31
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
	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		47 руб.												
Чт, 07 апреля 22														
Завтрак														
			8,69	15,23	59,49	409,74	0,36	8,73	80,15	0,5	120,17	245,14	95,34	4,13
ттк№357н	Салат "Капуста квашеная" (б/лука)	75	1,35	4,16	6,41	68,5	0,02	0,00	22,5	0,08	36	23,25	12	0,45
ТТК 807к	Тефтели рыбо-крупяные с овощами с соус. томатн.	50/50	0,56	5,2	3,44	62,8	0,02	8,01	2,57	0,11	5,55	10,14	4,27	0,22
520/04	Пюре картофельное	180	4,23	5,54	19,45	144,52	0,27	0,65	51,78	0,29	62,67	176,84	63,21	2,11
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"	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		47 руб.												
Пт, 08 апреля 22														
Завтрак														
			15,13	16,62	108,37	643,63	0,32	3,86	12,18	0,48	241,15	294,21	74,85	4,13
	Десерт фруктовый Яблоко	100	0,4	0,4	9	41,2	0,03	0,05	10	0,2	16,7	11	8	2
311/04	Каша молочная пшенная с маслом	200/3	7,55	6,01	37,47	234,22	0,21	2,35	1,31	0,22	133,58	185,04	47,39	1,2
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий с блинчиком с яблочным повидлом	200/63	4,9	9,94	46,99	297,02	0,03	1,46	0,87	0,06	83,07	73,27	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		47 руб.												
Сб, 09 апреля 22														
Завтрак														
			31,1	15,56	60,05	504,63	0,37	2,09	55,83	0,94	106,43	383,91	176,75	5,95
ТТК-62	Салат из отварной свеклы	100	1,94	6,12	11,37	108,34	0,03	1,16	12,92	0,13	47,8	55,56	28,42	1,81
ТТК 819	Жаркое из мякоти птицы	50/150	26,12	9,11	16,15	251,04	0,28	0,88	42,82	0,81	37,35	295,36	133,69	3,19
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200	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	2,28	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		47 руб.												
Итого			86,69	60,73	292,01	2 061,38	1,41	46,75	157,46	3,11	603,01	1 385,12	530,55	18,73

	Масса порции, г	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг					
		Старшие	Белки	Жиры		Углево-ды	Старш-ие	B1	A	C	E	Ca	P	Mg	Fe
			Старш-ие	Старш-ие		Старш-ие		Старш-ие	Старш-ие	Старш-ие	Старш-ие	Старш-ие	Старш-ие	Старш-ие	Старш-ие
ИТОГО ЗА 4 дней		85,52	96,60	363,84	2584,00	1,52	0,96	73,52	11,40	1260,00	1260,00	315,00	18,92		
В среднем в день:		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

Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам

Р.Х. Нагимова

Зам. начальника производственного отдела

Д.М. Газизова