


"УТВЕРЖДАЮ"  
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

 — Р.И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

(№ образовательной организации)

(ФИО руководителя)

(подпись)



Стоимость питания 228,23 руб./день;

Примерное меню питания учащихся летних пришкольных лагерей г. Заинск с 16.06.2025г. по 21.06.2025 г.

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энерг. ценность	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Ca	P	Mg	Fe
<b>Пн, 16 июня 25</b>			49,99	39,57	207,72	1 366,99	0,72	24,82	38,25	2,98	315,46	687,46	164,73	10,76
<b>Завтрак</b>			20,7	19,75	102,64	671,11	0,4	3,17	11,66	1,53	226,31	361,79	85,29	5,71
	Питьевая вода негаз.	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
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
337/04	Яйцо вареное	1 шт	5,52	5,04	0,00	67,44	0,03	0,27	0,00	0,29	26,4	92,16	5,76	1,2
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/5	7,57	7,46	37,5	247,46	0,21	2,36	1,31	0,22	134,43	185,72	47,42	1,2
ТТК-253к	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
479/2010	Булочка "Молочная"	50	4,64	0,91	29,01	142,75	0,12	0,44	0,26	0,82	35,3	64,82	19,97	0,84
	Мороженое пломб.ГОСТ в вафлях 70г	70	1,81	5,88	9,51	98,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Обед</b>			29,29	19,82	105,08	715,88	0,32	21,65	26,59	1,45	89,15	325,67	79,44	5,05
52/11	Салат из свеклы отварной	60	1,09	3,67	6,4	62,98	0,01	0,65	7,27	0,07	26,91	31,27	16	1,02
132/04	Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	2,99	4,74	17,94	126,46	0,12	20,96	16,68	0,2	27,31	81,15	30,91	1,05
437/04	Гуляш	50/50	15,96	5,87	3,56	131,02	0,1	0,02	2,44	0,11	16,15	166,76	23,67	2,07
ТТК - 181а	Макароны отварные	150	5,3	4,96	36,41	211,45	0,09	0,00	0,00	1,07	18,55	46,22	8,71	0,89
ТТК-356н	Компот "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 белый	1/25	2,03	0,25	12,2	59,15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	29	1,91	0,32	11,89	58,09	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого стоимость питания в день</b>			228,23 руб.											
<b>Вт, 17 июня 25</b>			50,43	40,72	181,59	1 294,44	0,49	51,56	113,9	1,63	403,59	708,07	166,54	6,83
<b>Завтрак</b>			31,16	16,04	89,81	628,17	0,18	3,91	63,87	0,58	262,46	339,1	56,3	2,66
	Питьевая вода негаз.	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
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 - 865	Пудинг "Творожный" со сгущ.молоком	150/30	27,96	15,73	53,93	469,09	0,14	3,84	0,57	0,34	220,31	306,09	37,94	1,49
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 белый	1/25	2,03	0,25	12,2	59,15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Обед</b>			19,27	24,68	91,78	666,27	0,31	47,65	50,03	1,05	141,13	368,97	109,24	3,97
ТТК-359 н	Винегрет из овощей (без лука)	60	1,49	4,67	4,96	67,79	0,03	25,09	7,66	0,11	21,54	36,42	17,04	0,69
135/04	Суп из овощей с мясн фриад, Останкинск.со сметан	250/25/5	8,4	9,26	12,96	168,8	0,13	20,78	28,31	0,52	45,64	157,57	36,76	1,63
ТТК 951	Грудка, запеченая с сыром	2/50	1,73	6,05	2,4	70,96	0,02	1,76	0,06	0,16	24,69	31,4	3,94	0,35
510/04	Каша рисовая вязкая	150	2,31	4,13	22,97	138,28	0,11	0,02	0,00	0,26	15,26	107,58	37,5	0,7
	Сок 0,2	200	1,4	0,00	24,4	103,2	0,02	0,00	14	0,00	34	36	12	0,6
	Хлеб белый	1/25	2,03	0,25	12,2	59,15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	29	1,91	0,32	11,89	58,09	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого стоимость питания в день</b>			228,23 руб.											
<b>Ср, 18 июня 25</b>			45,79	43,74	188,82	1 332,23	0,67	25,09	22,57	2,42	307,31	779,07	260,77	8,16
<b>Завтрак</b>			15,68	12,29	93,07	545,62	0,33	3,56	12,08	1,21	239,48	392,38	139,6	2,72
	Питьевая вода негаз.	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК-495н	Десерт фруктовый Банан	100	1,5	0,00	21	90	0,04	0,02	10	0,4	8	28	42	0,6

7/10	Сыр российский (порц)	10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
302/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/5	9,13	6,82	43,97	273,82	0,25	2,13	1,25	0,75	137,5	277,62	74,53	1,81	
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	200	3,02	5,22	15,9	122,65	0,04	1,41	0,83	0,06	93,98	86,76	23,07	0,31	
	Хлеб белый	1/25	2,03	0,25	12,2	59,15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Обед</b>		<b>30,11</b>	<b>31,45</b>	<b>95,75</b>	<b>786,81</b>	<b>0,34</b>	<b>21,53</b>	<b>10,49</b>	<b>1,21</b>	<b>67,83</b>	<b>386,69</b>	<b>121,17</b>	<b>5,44</b>	
ТТК 489н	Салат из св.помидоров и огурцов	60	1,61	6,02	1,82	67,9	0,01	0,01	6,56	0,17	9,15	18,35	6,93	0,25	
148/2004	Суп лапша домашняя с цып	250/25	7,81	7,06	13,56	149,08	0,07	21,42	2,14	0,46	19,4	87,64	14,95	0,92	
тк№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (кукур.конс.)	75/15	11,66	12,43	12,06	206,78	0,1	0,01	1,76	0,29	22,64	168,88	24,86	1,77	
ТТК-187а	Каша гречневая вязкая	150	4,59	5,35	24,79	165,69	0,16	0,07	0,00	0,29	8,39	108,85	72,97	2,45	
ТТК-257н	Напиток "Плодово-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 белый	1/25	2,03	0,25	12,2	59,15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	29	1,91	0,32	11,89	58,09	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Итого стоимость питания в день</b>	<b>228,23 руб.</b>													
	<b>Чт, 19 июня 25</b>		<b>47,21</b>	<b>43,69</b>	<b>180,84</b>	<b>1 305,42</b>	<b>0,61</b>	<b>24,81</b>	<b>130,26</b>	<b>- 1,86</b>	<b>342,98</b>	<b>723,65</b>	<b>197,53</b>	<b>8,65</b>	
	<b>Завтрак</b>		<b>17,32</b>	<b>19,56</b>	<b>91,06</b>	<b>609,52</b>	<b>0,25</b>	<b>2,67</b>	<b>61,44</b>	<b>0,8</b>	<b>203,05</b>	<b>315,13</b>	<b>72,16</b>	<b>3,31</b>	
	Питьевая вода негаз.	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК-495н	Десерт фруктовый Алельсин	100	0,9	0,00	8,4	37,2	0,04	0,00	60	0,22	34	23	13	0,3	
337/04	Яйцо вареное	1 шт	5,52	5,04	0,00	67,44	0,03	0,27	0,00	0,29	26,4	92,16	5,76	1,2	
ТТК 995	Каша молочная "Дружба" (жидкая) с маслом	200/5	6,42	7,02	35,25	229,84	0,18	2,35	1,34	0,29	137,7	191,72	49	0,99	
ТТК-475	Чай полусладкий с лечением ТРИО 45г	200/45	2,45	7,25	35,21	215,89	0,00	0,05	0,1	0,00	4,95	8,25	4,4	0,82	
	Хлеб белый	1/25	2,03	0,25	12,2	59,15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Обед</b>		<b>29,89</b>	<b>24,13</b>	<b>89,78</b>	<b>695,9</b>	<b>0,36</b>	<b>22,14</b>	<b>68,82</b>	<b>1,06</b>	<b>139,93</b>	<b>408,52</b>	<b>125,37</b>	<b>5,34</b>	
ТТК-294н	Огурец свежий порциями	60	3,26	0,06	1,53	19,72	0,02	0,01	6,12	0,06	14,08	25,7	8,57	0,37	
110/2004	Борщ с кап. и карт.с мясн.фрик.Остан. со сметаной укропом	250/25/5/1	8,19	9,15	14,59	173,46	0,1	21,15	28,6	0,59	55,17	155,42	42,1	1,98	
ТТК-89н	Биточки рыбные "Морячка" с овощами (горош.конс.)	75/15	11,01	9,26	8,39	160,97	0,07	0,03	3,59	0,17	19,47	124,87	38,15	0,88	
520/04	Пюре картофельное	150	3,31	4,91	22,12	145,93	0,16	0,93	25,97	0,15	43,63	97,54	32,92	1,2	
ТТК-271н	Комлот "Плодово-ягодный" из свежих яблок	200	0,18	0,18	19,06	78,58	0,01	0,02	4,54	0,09	7,58	4,99	3,63	0,91	
	Хлеб белый	1/25	2,03	0,25	12,2	59,15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	29	1,91	0,32	11,89	58,09	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Итого стоимость питания в день</b>	<b>228,23 руб.</b>													
	<b>Пт, 20 июня 25</b>		<b>39,73</b>	<b>46,59</b>	<b>169,48</b>	<b>1 256,11</b>	<b>0,59</b>	<b>30,15</b>	<b>60,87</b>	<b>3,29</b>	<b>406,49</b>	<b>647,42</b>	<b>172,75</b>	<b>8,96</b>	
	<b>Завтрак</b>		<b>10,73</b>	<b>10,06</b>	<b>55,19</b>	<b>354,24</b>	<b>0,23</b>	<b>3,55</b>	<b>12,12</b>	<b>0,85</b>	<b>226,69</b>	<b>262,04</b>	<b>74,01</b>	<b>4,1</b>	
	Питьевая вода негаз.	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
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 российский (порц)	10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
302/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	205	6,65	8,11	26,53	205,74	0,18	2,35	1,37	0,6	145,04	197,79	54,61	1,23	
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	1,65	1,3	7,46	48,15	0,02	1,15	0,75	0,05	84,95	53,25	11,4	0,87	
	Хлеб белый	1/25	2,03	0,25	12,2	59,15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Обед</b>		<b>29</b>	<b>36,53</b>	<b>114,29</b>	<b>901,87</b>	<b>0,36</b>	<b>26,6</b>	<b>48,75</b>	<b>2,44</b>	<b>179,8</b>	<b>385,38</b>	<b>98,74</b>	<b>4,86</b>	
тк-976	Салат из белокочанной капусты с кукурузой	60	0,85	3,64	5,21	57,02	0,01	0,14	28,27	0,05	23,72	14,83	7,6	0,29	
ТТК № 425	Суп "Гречишное зернышко" с цыпл	250/25	8,17	6,88	20,57	176,92	0,17	20,38	17,14	0,31	21,3	136,74	48,6	1,92	
ТТК 653к	Зразы "Любимые" с сыром с соусом томатным	75/50	10,23	20,4	8,63	259,01	0,09	6,05	3,19	0,36	107,98	176,94	29,03	1,35	
ТТК - 181а	Макаронны отварные	150	5,3	4,96	36,41	211,45	0,09	0,00	0,00	1,07	18,55	46,22	8,71	0,89	
ТТК-258х	Напиток "Плодово-ягодный" из урюка	200	0,51	0,06	19,38	80,23	0,00	0,03	0,15	0,65	8,25	10,65	4,8	0,41	
	Хлеб белый	1/25	2,03	0,25	12,2	59,15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	29	1,91	0,32	11,89	58,09	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Итого стоимость питания в день</b>	<b>228,23 руб.</b>													
	<b>Сб, 21 июня 25</b>		<b>34,94</b>	<b>35,81</b>	<b>184,6</b>	<b>1 200,34</b>	<b>0,82</b>	<b>62,65</b>	<b>156,6</b>	<b>1,91</b>	<b>390,88</b>	<b>686,9</b>	<b>256,91</b>	<b>7,94</b>	
	<b>Завтрак</b>		<b>12,86</b>	<b>12</b>	<b>87,21</b>	<b>508,23</b>	<b>0,31</b>	<b>3,6</b>	<b>122,11</b>	<b>0,95</b>	<b>300,12</b>	<b>368,68</b>	<b>114,44</b>	<b>1,96</b>	
	Питьевая вода негаз.	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК-495н	Десерт фруктовый Алельсин	200	1,8	0,00	16,8	74,4	0,08	0,00	120	0,44	68	46	26	0,6	
302/04	Каша молочная рисовая с маслом	200/5	6,01	6,53	42,31	252,03	0,19	2,19	1,28	0,45	138,14	235,92	65,37	1,05	
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	200	3,02	5,22	15,9	122,65	0,04	1,41	0,83	0,06	93,98	86,76	23,07	0,31	
	Хлеб белый	1/25	2,03	0,25	12,2	59,15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Обед</b>		<b>22,08</b>	<b>23,81</b>	<b>97,39</b>	<b>692,11</b>	<b>0,51</b>	<b>59,05</b>	<b>34,49</b>	<b>0,95</b>	<b>90,76</b>	<b>318,22</b>	<b>142,47</b>	<b>5,98</b>	

ТТК-390	Салат "Веснушка"	60	1,14	6,05	4,25	75,96	0,05	38,69	8,35	0,12	13,77	35,73	17,05	0,5
139/04	Суп картофельный с бобовыми с цып	250/25	11,01	6,84	19,86	185,06	0,28	20,29	12,14	0,55	34,6	137,64	40,45	2,43
ттк№573н	Котлеты "По-киевски" 0,100	100	0,00	5	0,00	44,96	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК-187а	Каша гречневая вязкая	150	4,59	5,35	24,79	165,69	0,16	0,07	0,00	0,29	8,39	108,85	72,97	2,45
	Сок 0,2	200	1,4	0,00	24,4	103,2	0,02	0,00	14	0,00	34	36	12	0,6
	Хлеб белый	1/25	2,03	0,25	12,2	59,15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	29	1,91	0,32	11,89	58,09	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого стоимость питания в день</b>		228,23 руб.												

	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энерг. ценность	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
		Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>ИТОГО ЗА 6 дней</b>		277,20	284,40	1206,00	8460,00	4,32	2,52	216,00	36,00	3960,00	3960,00	900,00	43,20
<b>В среднем в день:</b>		46,20	47,40	201,00	1 410,00	0,72	0,42	36,00	6,00	660,00	660,00	150,00	7,20

Примечание:

- 1) Допускается изменение массы порции блюд в соответствии с требованиями СанПин 2.3/2.4.3590-20 приложение 9, таблица 1
- 2) Разрешается проводить замену блюд, согласно ассортимента продукции, реализуемой в пищеблоках образовательных организаций (согласно п.8.1.5. СанПин 2.3/2.4.3590-20)
- 3) При включении в меню яйца вареного норма выхода должна составлять не менее 1 шт яйца-40гр.

Зам. Ген. директора по производству и качеству

*Мария*

Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам

*Татьяна*

А.Р. Гатина

Зам. начальника производственного отдела

*Анна*

Г.А. Хисанова

Зав. Производством:

*Светлана*

Мед. Работник:

*Ольга*