

"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 21.03.2022г. по 26.03.2022 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				
			Младши е	Белки	Жиры		Младш ие	B1	A	C	E	Ca	P	Mg	Fe
				Младш ие	Младш ие	Младш ие		Младш ие	Младш ие	Младш ие	Младш ие	Младш ие	Младш ие	Младш ие	
	<b>Пн, 21 марта 22</b>			17,8	14,13	70,44	480,17	0,29	0,44	34,36	0,57	256,72	275,02	84,55	5,05
	<b>Завтрак</b>			17,8	14,13	70,44	480,17	0,29	0,44	34,36	0,57	256,72	275,02	84,55	5,05
	Десерт фруктовый Яблоко	100	0,4	0,4	9	41,2	0,03	0,05	10	0,2	16,7	11	8	2	
ttk№357н	Салат "Капуста квашеная" (б/лука)	68	1,22	3,77	5,81	62,1	0,01	0,00	20,4	0,07	32,64	21,08	10,88	0,41	
ttk №358н	Колбасные изд. отварные (сосиски) с овош.(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	
510/04	Каша пшененная 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	
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	
	<b>Итого стоимость питания в день</b>		55,55 руб.												
	<b>Вт, 22 марта 22</b>			16,51	21,76	62,09	510,24	0,35	2,61	11,38	1,3	201,72	375,23	99,85	6,24
	<b>Завтрак</b>			16,51	21,76	62,09	510,24	0,35	2,61	11,38	1,3	201,72	375,23	99,85	6,24
	Десерт фруктовый Яблоко	100	0,4	0,4	9	41,2	0,03	0,05	10	0,2	16,7	11	8	2	
1/04	Бутерброд с маслом	30/10	2,38	7,52	15,05	137,4	0,05	0,05	0,00	0,00	10,2	27,9	10,55	0,5	
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	
302/04	Каша молочная геркулесовая с маслом	200/5	8,01	8,75	32,98	242,7	0,24	2,19	1,28	0,81	143,47	235,92	71,14	1,72	
TTK-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	
	<b>Итого стоимость питания в день</b>		55,55 руб.												
	<b>Ср, 23 марта 22</b>			13,65	20,28	70,19	517,94	0,35	129,19	53,18	0,68	108,83	235,76	104,8	3,87
	<b>Завтрак</b>			13,65	20,28	70,19	517,94	0,35	129,19	53,18	0,68	108,83	235,76	104,8	3,87
78/04	Икра морковная	60	1,28	4,88	7,18	77,79	0,05	120,6	7,3	0,33	22,64	45,27	26,76	0,69	
TTK-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	3,52	4,61	16,21	120,43	0,22	0,54	43,15	0,24	52,22	147,37	52,68	1,76	
TTK-253н	Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем " Со вкусом топленого молока"	200/18	2,11	2,92	26,26	139,77	0,01	0,04	0,09	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	
	<b>Итого стоимость питания в день</b>		55,55 руб.												
	<b>Чт, 24 марта 22</b>			34,16	21,57	96,15	715,36	0,3	11,76	25,02	1,02	76,05	344,56	188,43	5,79
	<b>Завтрак</b>			34,16	21,57	96,15	715,36	0,3	11,76	25,02	1,02	76,05	344,56	188,43	5,79
ttk№357н	Салат "Капуста квашеная" (б/лука)	68	1,22	3,77	5,81	62,1	0,01	0,00	20,4	0,07	32,64	21,08	10,88	0,41	
TTK-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	23,64	4,6	3,79	151,08	0,08	11,54	1,29	0,64	17,81	178,15	88,7	1,57	
510/04	Каша гречневая вязкая	150	4,65	4,75	24,86	160,8	0,16	0,1	0,00	0,29	9,65	110,42	72,99	2,46	
686/04;TTK-235н	Чай с лимоном с блинчиком с яблочным повидлом	200/7/63	2,37	8,18	46,78	270,19	0,00	0,12	3,33	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.												
<b>Пт, 25 марта 22</b>			23,35	24,23	83,82	646,6	0,33	74,98	16,05	1,63	147,52	359,38	82,2	4,44
Завтрак			23,35	24,23	83,82	646,6	0,33	74,98	16,05	1,63	147,52	359,38	82,2	4,44
ттк-359н	Винегрет из овощей (без лука)	68	1,46	5,3	6,02	77,58	0,05	28,32	13,53	0,13	26,38	43,92	21,18	0,83
ттк№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (морк. припущ.)	75/15	11,45	12,46	10,86	201,37	0,11	45,23	1,69	0,37	18,73	171,11	33,31	1,84
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.												
<b>Сб, 26 марта 22</b>			21	26,17	67,59	589,87	0,51	1,79	75,78	0,9	176,05	439,48	131,95	8,78
Завтрак			21	26,17	67,59	589,87	0,51	1,79	75,78	0,9	176,05	439,48	131,95	8,78
	Десерт фруктовый Яблоко	100	0,4	0,4	9	41,2	0,03	0,05	10	0,2	16,7	11	8	2
ттк-996	Салат "Бобовое зёрнышко"	60	2,11	3,17	8,79	72,15	0,04	0,53	6,14	0,09	32,71	53,75	19,07	1,18
ТТК 28Н	Запеканка картофельная с мясом "Школьная"с/м	180/5	13,76	21,03	23,28	337,4	0,37	0,06	58,89	0,56	53,89	296,58	82,98	4,25
ТТК - 437	Чай полусладкий с молоком с мармеладом	200/16	2,45	1,3	11,61	67,93	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		55,55 руб.												
Итого			126,47	128,14	450,28	3 460,18	2,13	220,77	215,77	6,1	966,89	2 029,43	691,78	34,17

	Масса порции, г	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
		Младши е	Белки	Жиры	Углево ды	Младши е	B1	A	C	E	Ca	P	Mg	Fe
		Младши е	Младши е	Младши е	Младши е	Младши е	Младши е	Младши е	Младши е	Младши е	Младши е	Младши е	Младши е	
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