

Примерное недельное меню рационов питания детей обучающихся по программам начального общего образования (1-4 классы): дети-инвалиды; дети-ОВЗ; дети сотрудников Управления МВД РФ России по г. Набережные Челны, федеральных государственных гражданских служащих МВД РФ по г. Набережные Челны, работников МВД России по г. Набережные Челны; детей гражданского персонала, сотрудников охраны по городу Набережные Челны-филиал ФГКУ "УВО ВНГ России по Республике Татарстан; дети граждан, принимающих участие в специальной военной операции; дети вынужденных переселенцев, прибывших из Донецкой и Луганской народных республик, Херсонской и Запорожской областей Украины с 12.01.2026г. по 17.01.2026 г.

1гр. 1,12,20,64 2гр.39,39ф,14 3гр.46,78,76,48 4гр.32,34,87 5гр.18,78пр,84 6гр.51,36,62 7гр.89,30,41,прав.гимн. 8гр.13,25,22,26  
9гр.31,86,35 0гр.58,58ф,67,2 31гр.81,7,8 32гр.52,37,33

Стоимость питания  
134,06руб./день;

Категория питания: завтрак + дополнительное питание

1 группа

| № НД                          | Прием пищи, Наименование блюда   | Масса порции, г | Пищевые вещества, г. |       |          | Энерг. ценность ккал | Витамины, мг |       |       |      | Минеральные вещества, мг |        |       |       |
|-------------------------------|--|-----------------|----------------------|-------|----------|----------------------|--------------|-------|-------|------|--------------------------|--------|-------|-------|
|                               |  |                 | Белк и               | Жиры  | Углеводы |                      | B1           | A     | C     | E    | Ca                       | P      | Mg    | Fe    |
|                               | <b>Пн, 12 января 26</b>  |                 | 31,36                | 33,31 | 138,19   | 977,94               | 0,37         | 21,54 | 24,85 | 1,48 | 114,27                   | 440,68 | 92    | 5,51  |
|                               | <b>Завтрак</b>   |                 | 17,86                | 20,27 | 70,64    | 536,36               | 0,25         | 0,05  | 19,41 | 1    | 78,92                    | 318,13 | 61,19 | 3,24  |
| TTK-357н                      | Салат "Капуста квашеная" (б/лука)  | 60              | 1,08                 | 3,33  | 5,13     | 54,8                 | 0,01         | 0,00  | 18    | 0,06 | 28,8                     | 18,6   | 9,6   | 0,36  |
| ttk№-202н                     | Котлеты "Крестьянские" с овощами (орош.зел.)                                       | 75/15           | 11,21                | 12,43 | 12,84    | 208,1                | 0,1          | 0,01  | 1,21  | 0,46 | 13,93                    | 161,94 | 24,72 | 1,78  |
| 510/04                        | Каша ячневая вязкая  | 150             | 3,28                 | 4,23  | 21,1     | 135,54               | 0,09         | 0,02  | 0,00  | 0,48 | 28,16                    | 112,42 | 16,22 | 0,6   |
| TTK-356н                      | Компот "Плодово-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 "Рябинушка"   | 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>Доп. питание</b>  |                 | 13,5                 | 13,04 | 67,55    | 441,58               | 0,12         | 21,49 | 5,44  | 0,48 | 35,35                    | 122,55 | 30,81 | 2,27  |
| 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  |
| 686/04                        | Чай с лимоном с шокол. "Сказка"  | 200/7/15        | 1,38                 | 5,31  | 23,38    | 146,82               | 0,00         | 0,07  | 3,3   | 0,02 | 8,15                     | 10,01  | 5,36  | 0,87  |
|                               | Хлеб "Дарницкий"   | 1/36,25         | 2,03                 | 0,4   | 15,7     | 74,49                | 0,00         | 0,00  | 0,00  | 0,00 | 0,00                     | 0,00   | 0,00  | 0,00  |
|                               | 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>  |                 | 134,06 руб.          |       |          |                      |              |       |       |      |                          |        |       |       |
|                               | <b>Вт, 13 января 26</b>  |                 | 28,13                | 27,74 | 141,5    | 928,08               | 0,8          | 4,15  | 42,65 | 0,82 | 381,85                   | 630,58 | 128,2 | 6,53  |
|                               | <b>Завтрак</b>   |                 | 14,49                | 15,32 | 72,15    | 484,37               | 0,19         | 3,61  | 14,49 | 0,43 | 317,07                   | 282,6  | 62,83 | 3,75  |
| TTK-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              | 2,86                 | 2,76  | 0,00     | 36,25                | 0,00         | 0,03  | 0,07  | 0,04 | 106                      | 63,6   | 5,83  | 0,00  |
| TTK-360н                      | Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом                                     | 180/3           | 6,09                 | 6,12  | 25,17    | 180,07               | 0,11         | 3,18  | 1,87  | 0,14 | 180,5                    | 175,68 | 34,6  | 0,77  |
| ttk№253н                      | Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным                                   | 200/18          | 2,86                 | 5,77  | 23,07    | 155,66               | 0,00         | 0,35  | 2,55  | 0,05 | 6,07                     | 7,42   | 3,9   | 0,5   |
|                               | Хлеб "Рябинушка"   | 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>Доп. питание</b>  |                 | 13,64                | 12,42 | 69,35    | 443,71               | 0,61         | 0,54  | 28,16 | 0,39 | 64,78                    | 347,98 | 65,37 | 2,78  |
| ТУ 10.85.19-033-00419779-2017 | <b>Рассольник ленинградский с мясными фрикадельками "Останкинские" со сметаной</b> | 250/25/5        | 9,33                 | 11,75 | 18,08    | 215,39               | 0,54         | 0,54  | 28,16 | 0,39 | 44,98                    | 303,73 | 48,57 | 1,85  |
| TTK-268н                      | Компот "Плодово-ягодный" из изюма  | 200             | 0,00                 | 0,00  | 20,66    | 82,64                | 0,02         | 0,00  | 0,00  | 0,00 | 12                       | 19,35  | 6,3   | 0,45  |
|                               | Хлеб "Дарницкий"   | 1/36,25         | 2,03                 | 0,4   | 15,7     | 74,49                | 0,00         | 0,00  | 0,00  | 0,00 | 0,00                     | 0,00   | 0,00  | 0,00  |
|                               | 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>  |                 | 134,06 руб.          |       |          |                      |              |       |       |      |                          |        |       |       |
|                               | <b>Ср, 14 января 26</b>  |                 | 49,15                | 32,89 | 158,42   | 1 126,24             | 0,55         | 88,24 | 45,15 | 2,75 | 157,8                    | 511,8  | 201,1 | 11,09 |
|                               | <b>Завтрак</b>   |                 | 32,29                | 16    | 82,25    | 602,16               | 0,25         | 88,14 | 5,05  | 2,55 | 65,55                    | 282,75 | 128,6 | 3,96  |

|                                       |  |          |             |       |        |          |      |       |        |      |        |        |        |       |
|---------------------------------------|--|----------|-------------|-------|--------|----------|------|-------|--------|------|--------|--------|--------|-------|
| ттк-66                                | Салат " Солнышко"  | 60       | 0,58        | 6,1   | 7,87   | 88,73    | 0,03 | 79,21 | 3,7    | 0,19 | 13,56  | 23,67  | 16,42  | 0,62  |
| ТТК-53к                               | Мякоть птицы тушеная в соусе   | 50/50    | 23,62       | 4,59  | 3,68   | 150,56   | 0,08 | 8,9   | 1,2    | 0,64 | 17,39  | 177,31 | 88,17  | 1,56  |
| 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-258к                              | Напиток "Плодово-ягодный" из урюка   | 200      | 0,51        | 0,08  | 19,38  | 80,23    | 0,00 | 0,03  | 0,15   | 0,65 | 8,25   | 10,65  | 4,8    | 0,41  |
|                                       | Хлеб "Рябинушка"   | 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>Доп. питание</b>                   |  |          | 16,86       | 16,89 | 76,17  | 524,08   | 0,3  | 0,1   | 40,1   | 0,2  | 92,25  | 229,05 | 72,5   | 7,13  |
| 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     |
| <b>ТУ-10.85.19-033-00419779-2017</b>  | <b>Суп картофельный с бобовыми</b>   | 250      | 7,75        | 6,25  | 10,5   | 129,25   | 0,13 | 0,00  | 30     | 0,00 | 25     | 110    | 30     | 2,85  |
| ттк-475                               | Чай полусладкий с блинчиком со сгущённым молоком                                       | 200/63   | 4,4         | 9,57  | 26,06  | 207,95   | 0,09 | 0,05  | 0,1    | 0,00 | 42,75  | 83,15  | 24     | 1,8   |
|                                       | Хлеб "Дарницкий"   | 1/36,25  | 2,03        | 0,4   | 15,7   | 74,49    | 0,00 | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00   | 0,00   | 0,00   | 0,00  |
|                                       | 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> |  |          | 134,06 руб. |       |        |          |      |       |        |      |        |        |        |       |
| <b>Чт, 15 января 26</b>               |  |          | 33,16       | 24,33 | 143,79 | 926,69   | 0,55 | 26,23 | 105,31 | 1,21 | 183,89 | 617,47 | 173,15 | 11,77 |
| <b>Завтрак</b>                        |  |          | 20,21       | 11,25 | 80,69  | 504,84   | 0,36 | 25,67 | 73,2   | 0,82 | 88,38  | 378,07 | 116,93 | 4,57  |
| ТТК-495н                              | Десерт фруктовый Апельсин  | 110      | 0,99        | 0,00  | 9,24   | 40,92    | 0,04 | 0,00  | 66     | 0,24 | 37,4   | 25,3   | 14,3   | 0,33  |
| ттк-№398н                             | Плов Азиатский   | 40/160   | 16,67       | 10,92 | 41,26  | 330      | 0,27 | 25,6  | 3,9    | 0,56 | 35,03  | 317,86 | 86,77  | 2,89  |
| 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"   | 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>Доп. питание</b>                   |  |          | 12,95       | 13,08 | 63,1   | 421,85   | 0,19 | 0,56  | 32,11  | 0,39 | 95,51  | 239,4  | 56,22  | 7,2   |
| <b>ТУ-10.85.19-033-00419779-2017</b>  | <b>Борщ с капустой и картофелем с мясными фрикадельками "Останкинские" со сметаной</b> | 250/25/5 | 8,63        | 12,4  | 15,83  | 209,44   | 0,14 | 0,54  | 31,91  | 0,39 | 87,48  | 214,23 | 45,57  | 6,7   |
| ТТК-356н                              | Компот "Плодово-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 "Дарницкий"   | 1/36,25  | 2,03        | 0,4   | 15,7   | 74,49    | 0,00 | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00   | 0,00   | 0,00   | 0,00  |
|                                       | 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> |  |          | 134,06 руб. |       |        |          |      |       |        |      |        |        |        |       |
| <b>Пт, 16 января 26</b>               |  |          | 31,76       | 40,43 | 153,06 | 1 103,25 | 0,38 | 2,41  | 35,35  | 1,45 | 221,83 | 423,79 | 112,76 | 5,83  |
| <b>Завтрак</b>                        |  |          | 16,93       | 27,06 | 68,56  | 585,63   | 0,3  | 1,69  | 34,44  | 0,48 | 191,68 | 326,32 | 87,13  | 3,97  |
| 52/11                                 | Салат из свеклы отварной   | 60       | 1,16        | 3,67  | 6,82   | 65       | 0,02 | 0,7   | 7,75   | 0,08 | 28,68  | 33,33  | 17,05  | 1,09  |
| ттк№-200н                             | Зразы "Любимые " с сыром с овощами (фасоль стр.)                                       | 75/15    | 9,68        | 18,19 | 5,28   | 223,59   | 0,07 | 0,04  | 0,69   | 0,25 | 103,32 | 167,58 | 25,2   | 1,15  |
| 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   |
| TTK-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 "Рябинушка"   | 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>Доп. питание</b>                   |  |          | 14,83       | 13,37 | 84,5   | 517,62   | 0,08 | 0,72  | 0,91   | 0,97 | 30,15  | 97,47  | 25,63  | 1,86  |
| <b>ТУ-10.85.19-033-00419779-2017</b>  | <b>Суп крестьянский с крупой и цыпл. смет</b>  | 250/25/5 | 8           | 11,28 | 14,35  | 190,94   | 0,03 | 0,66  | 0,66   | 0,11 | 8,88   | 54,25  | 6,53   | 0,43  |
| ттк№253н                              | Чай "Витаминный" полусл.с пряником   | 200/30   | 2,52        | 1,42  | 39,54  | 181      | 0,00 | 0,06  | 0,25   | 0,86 | 13,47  | 18,32  | 8,6    | 0,95  |
|                                       | Хлеб "Дарницкий"   | 1/36,25  | 2,03        | 0,4   | 15,7   | 74,49    | 0,00 | 0,00  | 0,00   | 0,00 | 0,00   | 0,00   | 0,00   | 0,00  |
|                                       | 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> |  |          | 134,06 руб. |       |        |          |      |       |        |      |        |        |        |       |
| <b>Сб, 17 января 26</b>               |  |          | 30,35       | 37    | 163,15 | 1 107,03 | 0,43 | 20,16 | 20,07  | 0,82 | 118,19 | 482,95 | 121,28 | 7,69  |
| <b>Завтрак</b>                        |  |          | 18,21       | 27,87 | 91,97  | 691,56   | 0,25 | 0,11  | 11,53  | 0,2  | 80,59  | 280,52 | 65,27  | 5,84  |
| TTK-495н                              | Десерт фруктовый Яблоко  | 100      | 0,4         | 0,4   | 9      | 41,2     | 0,03 | 0,05  | 10     | 0,2  | 16,7   | 11     | 8      | 2     |
| 392/11                                | Пельмени мясные отварные с маслом  | 180/3    | 15,01       | 27,15 | 31,68  | 431,12   | 0,17 | 0,01  | 1,43   | 0,00 | 47,54  | 233,17 | 42,37  | 2,42  |
| TTK-475                               | Чай полусладкий с зефиром  | 200/40   | 0,52        | 0,05  | 36,38  | 148,05   | 0,00 | 0,05  | 0,1    | 0,00 | 8,55   | 11,45  | 4,4    | 0,94  |
|                                       | Хлеб "Рябинушка"   | 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>Доп. питание</b>                   |  |          | 12,14       | 9,13  | 71,18  | 415,47   | 0,18 | 20,05 | 8,54   | 0,62 | 37,6   | 202,43 | 56,01  | 1,85  |

|                                       |  |             |        |       |        |          |      |        |        |      |          |          |        |       |
|---------------------------------------|--|-------------|--------|-------|--------|----------|------|--------|--------|------|----------|----------|--------|-------|
| 149/04                                | Суп с крупой (рис) с мясными фрикад. Останкинскими | 250/25      | 7,69   | 8,44  | 16,14  | 171,34   | 0,12 | 20,02  | 2,14   | 0,59 | 23,4     | 174,01   | 43,59  | 1,27  |
| ТТК-950                               | Напиток "Лимонный"                                 | 200         | 0,14   | 0,02  | 24,43  | 98,45    | 0,01 | 0,03   | 6,4    | 0,03 | 6,4      | 3,52     | 1,92   | 0,1   |
|                                       | Хлеб "Дарницкий"                                   | 1/36,25     | 2,03   | 0,4   | 15,7   | 74,49    | 0,00 | 0,00   | 0,00   | 0,00 | 0,00     | 0,00     | 0,00   | 0,00  |
|                                       | 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> |  | 134,06 руб. |        |       |        |          |      |        |        |      |          |          |        |       |
| <b>Итого</b>                          |  |             | 203,91 | 195,7 | 898,11 | 6 169,23 | 3,08 | 162,73 | 273,38 | 8,53 | 1 177,83 | 3 107,27 | 828,49 | 48,42 |

|                          | Масса порции, г | Пищевые вещества, г. |       |          | Энерг. ценность ккал | Витамины, мг |        |        |      | Минеральные вещества, мг |          |        |       |
|--------------------------|-----------------|----------------------|-------|----------|----------------------|--------------|--------|--------|------|--------------------------|----------|--------|-------|
|                          |                 | Белк и               | Жиры  | Углеводы |                      | B1           | A      | C      | E    | Ca                       | P        | Mg     | Fe    |
| <b>ИТОГО ЗА 6 дней</b>   |                 | 203,91               | 195,7 | 898,11   | 6 169,23             | 3,08         | 162,73 | 273,38 | 8,53 | 1 177,83                 | 3 107,27 | 828,49 | 48,42 |
| <b>В среднем в день:</b> |                 | 33,99                | 32,62 | 149,69   | 1 028,21             | 0,51         | 27,12  | 45,56  | 1,42 | 196,31                   | 517,88   | 138,08 | 8,07  |