

Примерное недельное меню рационов питания детей обучающихся по программам основного общего, и(или)среднего общего образования (5-11 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 06.10.2025г. по 11.10.2025 г.

1гр.3,5,9,10,57 2гр.4,6,69 3гр.38,36ф,59 4гр.43,79,49,55,24 5 гр.17,60,45 6 гр.42,42л,75 7гр.54,53,16 8гр.23,40,61 9гр.15,19,77 0гр.50,11,88 31гр.44,56,21 32гр.27,28,29,68

Стоимость питания
130,88руб./день;

Категория питания: завтрак + дополнительное питание

2 группа

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белк и	Жиры	Углев оды		В1	А	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe
Пн, 06 октября 25			26,5	26,28	148,26	935,52	0,5	40,78	88,91	1,49	143,56	473,54	121,66	6,27
Завтрак			19,36	22,89	82,4	613,07	0,3	20,36	61,51	1,3	108,87	360,7	74,54	3,74
20/2010	Салат из белокочанной капусты	100	1,9	5,1	10,31	94,81	0,04	20,3	59,66	0,14	51,87	36,44	19,69	0,68
ттк№-202н	Котлеты "Крестъянские" с овощами (горош.зел.)	75/25	11,24	12,44	15,2	217,69	0,1	0,01	1,65	0,58	15,17	164,19	24,74	1,84
510/04	Каша ячневая вязкая	180	3,93	5,07	25,32	162,65	0,11	0,03	0,00	0,58	33,8	134,9	19,46	0,72
ТТК-356н	Компот "Флодово-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
Доп. питание			7,14	3,39	65,86	322,45	0,2	20,42	27,4	0,19	34,69	112,84	47,12	2,53
133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	250/25	2,56	2,66	19,97	114,04	0,15	20,35	24,1	0,17	18,74	77,93	31,26	1,18
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 "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
Итого стоимость питания в день		130,88 руб.												
Вт, 07 октября 25			46,25	48,64	153,37	1 236,31	0,52	5,65	62,3	7,23	562,17	1 152,39	195,12	8,42
Завтрак			16,61	18,57	74,97	533,55	0,21	3,98	14,74	0,47	390,52	334,41	69,6	3,84
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)	15	4,29	4,13	0,00	54,38	0,00	0,04	0,11	0,06	159	95,4	8,75	0,00
ТТК-360н	Каша молочная мультнзлаковая (вязкая) с маслом	200/5	6,78	8	27,99	211,12	0,13	3,54	2,08	0,16	200,95	195,69	38,45	0,86
ттк№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
Доп. питание			29,64	30,07	78,4	702,76	0,31	1,67	47,56	6,76	171,65	817,98	125,52	4,58
ТУ 9165-033-00419779-12	Щи из св кап с карт.с мясн фрик.Останкин.со сметаной	250/25/5	25,33	29,4	27,13	474,44	0,24	1,67	47,56	6,76	151,85	773,73	108,72	3,65
ТТК-268н	Компот "Флодово-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
Итого стоимость питания в день		130,88 руб.												
Ср, 08 октября 25			41,9	27,13	179,46	1 129,53	0,83	141,52	35,13	2,9	131,55	551,68	189,64	7,13
Завтрак			33,74	21,06	94,79	703,61	0,28	140,94	7,51	2,89	78,3	307,78	141,29	4,55

ттк-66	Салат " Солнышко"	100	0,97	10,17	13,12	147,89	0,05	132,01	6,16	0,32	22,6	39,45	27,37	1,03
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	180	6,36	5,95	43,7	253,74	0,1	0,00	0,00	1,28	22,26	55,47	10,45	1,07
ТТК-258к	Напиток "Флодово-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
Доп. питание			8,16	6,07	84,67	425,92	0,55	0,58	27,62	0,01	53,25	243,9	48,35	2,58
ТУ-10.85.19-033-00419779-2017	Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	3,33	5,35	17,68	132,19	0,5	0,53	27,52	0,01	36,9	207,55	33,45	1,16
ТТК-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 "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
Итого стоимость питания в день		130,88 руб.												
Чт, 09 октября 25			35,5	30,01	153,56	1 026,23	0,57	30,68	49,86	1,61	178,18	676,5	185,68	14,49
Завтрак			22,55	16,93	90,46	604,38	0,38	30,12	17,75	1,22	82,67	437,1	129,46	7,29
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
ттк-№1021	Плов из говядины	50/200	19,6	16,2	51,27	429,26	0,3	30	4,45	1	50,02	391,19	105,6	3,94
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
Доп. питание			12,95	13,08	63,1	421,85	0,19	0,56	32,11	0,39	95,51	239,4	56,22	7,2
ТУ-10.85.19-033-00419779-2017	Борщ с капустой и картофелем с мясными фрикадельками "Останкинские" со сметаной	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 "Флодово-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
Итого стоимость питания в день		130,88 руб.												
Пт, 10 октября 25			36,83	51,41	145	1 190,09	1,24	1,4	67,27	1,88	261,17	603,45	163,04	9,11
Завтрак			16,92	30,37	70,09	621,43	0,32	1,21	45,13	0,92	184,12	336,63	87,51	3,43
ттк№487н	Салат из св.помидоров	100	0,49	5,99	3,92	71,61	0,00	0,03	13,25	0,49	12,02	24,06	10,83	0,31
ттк№-200н	Зразы "Любимые " с сыром с овощами (фасоль стр.)	75/25	9,68	18,2	5,28	223,6	0,07	0,04	0,69	0,25	103,69	167,65	25,22	1,15
520/04	Пюре картофельное	180	3,97	5,89	26,55	175,11	0,2	1,12	31,16	0,18	52,36	117,05	39,5	1,44
ТТК-257н	Напиток "Флодово-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
Доп. питание			19,91	21,04	74,91	568,66	0,92	0,19	22,14	0,96	77,05	266,82	75,53	5,68
ТУ-10.85.19-033-00419779-2017	Суп "Гречишное зернышко" с цыпл	250/25	10,62	10,73	5,75	162,05	0,78	0,13	21,89	0,1	17,98	148,7	36,83	3,27
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусл. с блинчиком со сгущ.молок	200/63	4,98	9,64	38,55	260,93	0,09	0,06	0,25	0,86	51,27	93,22	28,2	1,93
	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
Итого стоимость питания в день		130,88 руб.												
Сб, 11 октября 25			32,45	40,63	146,99	1 083,46	0,46	20,93	47,4	0,77	143,7	490,21	121,96	8,39
Завтрак			19,6	30,68	78,99	670,53	0,27	0,12	12,69	0,22	83,86	304,22	70,78	6,18
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	110	0,44	0,44	9,9	45,32	0,03	0,06	11	0,22	18,37	12,1	8,8	2,2
392/11	Пельмени мясные отварные с маслом	200/3	16,68	29,92	35,19	476,81	0,19	0,01	1,59	0,00	52,74	258,97	47,08	2,68
ТТК-475	Чай полусладкий с мармеладом	200/18	0,2	0,05	18,99	77,21	0,00	0,05	0,1	0,00	4,95	8,25	4,4	0,82
	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
Доп. питание			12,85	9,95	68	412,93	0,19	20,81	34,71	0,55	59,84	185,99	51,18	2,21
135/04	Суп из овощей с мясн фрикад. 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	38,76	1,63

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
Итого стоимость питания в день		130,88 руб.												
Итого			219,43	224,1	926,64	6 601,14	4,12	240,96	350,87	15,88	1 420,33	3 947,77	977,1	53,81

	Масса порции, г	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
		Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Са	Р	Mg	Fe
ИТОГО ЗА 6 дней		219,43	224,1	926,64	6 601,14	4,12	240,96	350,87	15,88	1 420,33	3 947,77	977,1	53,81
В среднем в день:		36,57	37,35	154,44	1 100,19	0,69	40,16	58,48	2,65	236,72	657,96	162,85	8,97