

**Примерное недельное меню рационов питания учащихся 1-4 классов в образовательных организациях г.
Набережные Челны с 12.05.2025г. по 16.05.2025 г.**

**Стоимость питания
54,13руб./день;**

Категория питания: дополнительное питание

№ 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	Са	Р	Mg	Fe	
Пн, 12 мая 25				13,5	13,04	67,55	441,58	0,12	21,49	5,44	0,48	35,35	122,55	30,81	2,27
Доп. питание				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"	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"	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	
Вт, 13 мая 25				30,99	29,46	98,76	784,17	0,28	1,8	47,59	6,49	164,3	756,62	111,63	3,9
Доп. питание				30,99	29,46	98,76	784,17	0,28	1,8	47,59	6,49	164,3	756,62	111,63	3,9
ТУ 10.85.19-033-00419779-2017	Щи из св. капусты с картоф. с цыпл. со сметаной	250/25/5	24,45	27,48	26,73	452,04	0,23	1,79	47,56	6,49	148,25	728,75	99,68	3,38	
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофр. с пряником	200/30	2,23	1,31	41,42	186,45	0,00	0,01	0,03	0,00	8,25	2,97	1,45	0,04	
	Хлеб "Дарницкий"	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"	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	
Ср, 14 мая 25				14,24	12,87	62,75	423,77	0,62	0,64	38,26	0,59	74,43	347,88	71,47	5,15
Доп. питание				14,24	12,87	62,75	423,77	0,62	0,64	38,26	0,59	74,43	347,88	71,47	5,15
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	
ТУ 10.85.19-033-00419779-2017	Рассольник ленинградский с мясными фрикадельками "Останкинские" со сметаной	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	
ТТК-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	
	Хлеб "Дарницкий"	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"	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	
Чт, 15 мая 25				12,94	13,07	67,1	437,76	0,21	0,54	31,91	0,39	107,28	258,48	62,37	7,63
Доп. питание				12,94	13,07	67,1	437,76	0,21	0,54	31,91	0,39	107,28	258,48	62,37	7,63
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 № 258н	Напиток "Фруктово-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"	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"	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	
Пт, 16 мая 25				15,54	12,77	75,94	480,84	0,18	0,06	30,25	0,86	46,27	153,22	49,1	4,28
Доп. питание				15,54	12,77	75,94	480,84	0,18	0,06	30,25	0,86	46,27	153,22	49,1	4,28
ТУ-10.85.19-033-00419779-2017	Суп картофельный с бобовыми	250	7,75	6,25	10,5	129,25	0,13	0,00	30	0,00	25	110	30	2,85	
ттк№253н	Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным	200/18	3,48	5,85	34,83	205,91	0,00	0,06	0,25	0,86	13,47	18,32	8,6	0,95	
	Хлеб "Дарницкий"	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"	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				87,21	81,21	372,1	2 568,12	1,41	24,53	153,45	8,81	427,63	1 638,75	325,38	23,23

	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 5 дней		87,21	81,21	372,1	2 568,12	1,41	24,53	153,45	8,81	427,63	1 638,75	325,38	23,23
В среднем в день:		17,44	16,24	74,42	513,62	0,28	4,91	30,69	1,76	85,53	327,75	65,08	4,65