

Примерное недельное меню рационов питания учащихся 5-11 классов в образовательных организациях г. Набережные Челны с 05.05.2025г. по 07.05.2025 г.

1гр. 1,12,20,64 2гр.39,14 3гр.46,78,76 4гр.24,32,34,87 5гр.18,78пр,84 6гр.51,52,36 7гр.89,30,41 8гр.13,25,22,26 9гр.48,61,86,31
 0гр.58,58ф,67,2 31гр.81,7,8,35 32гр.55,37,33
 1гр.3,5,9,10 2гр.4,6,57 3гр.38,36ф,59 4гр.43,79,49 5 гр.17,60,45 6 гр.42,75,62 7гр.54,53,16 8гр.23,40 9гр.15,19,77 0гр.50,11,88
 31гр.44,56,21,69 32гр.27,28,68,29

**Стоимость питания
42,18руб./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	Ca	Р	Mg	Fe
Пн, 05 мая 25			15,09	13,51	76,73	488,93	0,12	21,49	5,44	0,48	35,35	122,55	30,81	2,27
Доп. питание			15,09	13,51	76,73	488,93	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 печеньем сахарным в ассортименте	200/7/18	2,97	5,78	32,56	194,17	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, 06 мая 25			13,44	13,09	65,87	435,04	0,19	0,56	31,94	0,39	103,53	242,1	57,53	7,23
Доп. питание			13,44	13,09	65,87	435,04	0,19	0,56	31,94	0,39	103,53	242,1	57,53	7,23
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-257н	Напиток "Фруктово-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 "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, 07 мая 25			17,38	11,45	60,1	412,94	0,2	0,18	30,74	0,1	42,23	194,35	50,98	4,57
Доп. питание			17,38	11,45	60,1	412,94	0,2	0,18	30,74	0,1	42,23	194,35	50,98	4,57
ТУ-10.85.19-033-00419779-2017	Суп картофельный с бобовыми с цып	250/25	12,87	10,73	10,5	190,05	0,15	0,13	30,64	0,1	29,48	161,2	36,08	3,27
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 "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			45,91	38,05	202,7	1 336,91	0,51	22,23	68,12	0,97	181,11	559	139,32	14,07

	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
ИТОГО ЗА 3 дней		45,91	38,05	202,7	1 336,91	0,51	22,23	68,12	0,97	181,11	559	139,32	14,07
В среднем в день:		15,30	12,68	67,57	445,64	0,17	7,41	22,71	0,32	60,37	186,33	46,44	4,69