

**Примерное недельное меню рационов питания учащихся 5-11 классов в образовательных организациях г. Набережные Челны с 17.03.2025г. по 21.03.2025 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
<b>Пн, 17 марта 25</b>			15,09	13,51	76,73	488,93	0,12	21,49	5,44	0,48	35,35	122,55	30,81	2,27
<b>Доп. питание</b>			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
<b>Вт, 18 марта 25</b>			17,84	21,94	90,35	630,17	0,7	0,54	28,16	0,39	102,58	422,88	84,97	3,76
<b>Доп. питание</b>			17,84	21,94	90,35	630,17	0,7	0,54	28,16	0,39	102,58	422,88	84,97	3,76
<b>ТУ 10.85.19-033-00419779-2017</b>	<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
ТТК-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из изюма с блинч.со сг молоком	200/63	4,2	9,52	41,66	269,1	0,11	0,00	0,00	0,00	49,8	94,25	25,9	1,43
	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
<b>Ср, 19 марта 25</b>			16,01	13,37	41,82	351,63	0,84	0,06	21,99	0,37	34,33	226,83	60,77	4,84
<b>Доп. питание</b>			16,01	13,37	41,82	351,63	0,84	0,06	21,99	0,37	34,33	226,83	60,77	4,84
<b>ТУ-10.85.19-033-00419779-2017</b>	<b>Суп "Гречишное зернышко" с мясными фрикадельками "Останкинские"</b>	250/25	11,5	12,65	6,15	184,45	0,79	0,01	21,89	0,37	21,58	193,68	45,87	3,54
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
<b>Чт, 20 марта 25</b>			6,95	6,68	62,7	338,65	0,15	0,55	31,47	0,01	87,43	143,22	41,1	6,51
<b>Доп. питание</b>			6,95	6,68	62,7	338,65	0,15	0,55	31,47	0,01	87,43	143,22	41,1	6,51
<b>ТУ-10.85.19-033-00419779-2017</b>	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной</b>	250/5	2,63	6	15,43	126,24	0,1	0,53	31,27	0,01	79,4	118,05	30,45	6,01
ТТК-503	Напиток "Фруктово-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"	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
<b>Пт, 21 марта 25</b>			17,96	11,53	58,66	410,2	0,2	0,19	30,89	0,96	50,76	204,43	55,18	4,7
<b>Доп. питание</b>			17,96	11,53	58,66	410,2	0,2	0,19	30,89	0,96	50,76	204,43	55,18	4,7
<b>ТУ-10.85.19-033-00419779-2017</b>	<b>Суп картофельный с бобовыми с цып</b>	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-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	0,78	0,13	17,55	74,47	0,00	0,06	0,25	0,86	13,48	18,33	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	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	
<b>Итого</b>		73,85	67,03	330,26	2 219,58	2,01	22,83	117,95	2,21	310,45	1 119,91	272,83	22,08	

	Масса порции, г	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
		Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Са	Р	Мg	Fe	
<b>ИТОГО ЗА 5 дней</b>		73,85	67,03	330,26	2 219,58	2,01	22,83	117,95	2,21	310,45	1 119,91	272,83	22,08	
<b>В среднем в день:</b>		14,77	13,41	66,05	443,92	0,40	4,57	23,59	0,44	62,09	223,98	54,57	4,42	