Примерное недельное меню рационов питания учащихся (детей-инвалидов) 1-4 классов в образовательных организациях г. Набережные Челны с 01.04.2024г. по 06.04.2024 г.

1гр. 1,12,20,64 2гр.39,14 3гр.46,78,76,48 4гр.24,32,34,87 5гр.18,78пр,84 6гр.51,36 7гр.89,30,41 8гр.13,25,22,26 9гр.35,86,31 0гр.58,58ф,67,2 31гр.81,7,8 32гр.52,37,33

Стоимость питания 115,97руб./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			
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	A	C	E	Ca	P	Mg	Fe
Пн, 01 апреля 24			39,36	37,09	200,62	1 293,79	0,65	21,16	46,12	1,57	116,87	622,54	247,36	10,38
Завтрак			24,09	22,07	118,46	768,83	0,45	0,24	23,86	0,92	76,79	422,57	189,94	8,09
ТТК-357н	Салат "Капуста квашеная" (б/лука)	60	1,2	3,7	5,69	60,84	0,01	0,00	20	0,07	32	20,67	10,67	0,4
ттк№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (фасоль стр.)	75/15	11,16	12,43	9,3	193,75	0,09	0,01	0,56	0,28	12,62	158,68	24,72	1,68
508/04	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,78	5,61	47,2	274,4	0,3	0,16	0,00	0,55	16,22	208,31	138,69	4,66
686/04	Чай с лимоном с зефиром	200/7/40	0,67	0,06	41,36	168,65	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			15,27	15,02	82,16	524,96	0,2	20,92	22,26	0,65	40,08	199,97	57,42	2,29
138/04	Суп картофельный с рисовой крупой с мясными фрикадельками "Останкинские"	250/25	8,14	8,59	17,72	180,79	0,15	20,24	17,14	0,55	24,9	168,31	43,44	1,63
ттк№-265н	Компот "Плодово-ягодный" из красн. смор.с печ.сах.	200/18	2,82	5,76	33,83	198,49	0,00	0,68	5,12	0,1	7,38	6,76	3,48	0,18
	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 стоимость питания в день		115,97 руб.												
Вт, 02 апреля 24			39,22	42,53	149,62	1 138,06	1,85	6,31	32,69	0,82	557,92	642,83	143,3	11,71
Завтрак			19,48	21,1	87,42	617,46	0,24	5,47	17,79	0,61	500,56	419,23	88,29	4,82
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	145	0,58	0,58	13,05	59,74	0,04	0,07	14,5	0,29	24,22	15,95	11,6	2,9
7/10	Сыр голландск.(порц)	15	4,42	4,16	0,00	55,11	0,00	0,00	0,12	0,07	165	99	9,08	0,12
ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	180/5	6,11	7,57	25,2	193,32	0,11	3,19	1,87	0,14	180,98	176,28	34,61	0,78
ттк №198н	Какао с молоком полусладкое с печ.сахарн.	200/18	6,09	8,52	34,26	238,1	0,04	2,21	1,3	0,11	122,56	103,1	22,5	0,54
	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			19,74	21,43	62,2	520,6	1,61	0,84	14,9	0,21	57,36	223,6	55,01	6,89
ТУ 10.85.19-033-00419779-2017	**Суп из овощей с цыпл, со сметаной**	250/50/5	14,12	15,46	18,43	269,34	1,56	0,79	14,8	0,21	44,61	190,45	40,11	5,59
ТТК-475	Чай полусладкий с шоколадом Сказка молочный	200/15	1,31	5,3	13,16	105,58	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 стоимость питания в день		115,97 руб.												
Ср, 03 апреля 24			46,9	26,12	139,22	979,48	0,84	82,38	42,01	2,26	124,34	599,37	182,52	6,69
Завтрак			32,19	15,33	66,32	531,97	0,25	81,28	8,07	1,96	61,56	284,4	127,18	3,83
612/04	Маринад овощной с томатом	60	0,77	6,05	5,4	79,1	0,03	72	4,32	0,2	14,33	27,69	16,09	0,42
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
516/04	Макаронные изделия отварные	150	5,36	4,37	36,54	206,89	0,09	0,02	0,00	1,07	15,96	47,07	8,52	0,87
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200	0,16	0,05	5,79	24,23	0,00	0,36	2,55	0,05	6,08	7,43	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			14,71	10,79	72,9	447,51	0,59	1,1	33,94	0,3	62,78	314,97	55,34	2,86
ТУ 10.85.19-033-00419779-2017	**Рассольник ленинград.с мясом со смет,**	250/25/5	10,26	10,1	17,86	203,38	0,53	1,07	27,54	0,27	48,58	286,55	42,92	2,28
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"	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 стоимость питания в день		115,97 руб.												
Чт, 04 апреля 24			38,67	43,46	149,05	1 142,03	0,62	2,34	132,66	0,82	422,85	599,14	155,47	11,21
Завтрак			16,39	17,51	64,18	479,83	0,31	0,97	99	0,58	268,79	266,83	77,47	2,41
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	120	1,08	0,00	10,08	44,64	0,05	0,00	72	0,26	40,8	27,6	15,6	0,36
ттк №358н	Колб. изд. отварные (сосиски) с овощ.(огурцы сол.)	75/15	9,71	12,32	0,41	151,34	0,05	0,02	0,83	0,17	176,33	116,52	18,3	0,35
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
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 "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			22,28	25,95	84,87	662,2	0,31	1,37	33,66	0,24	154,06	332,31	78	8,8
ТУ 10.85.19-033-00419779-2017	**Борщ с капустой и карт. с цыпл. со смет. с укропом**	250/50/10/1	13,01	15,71	15,64	256,01	0,16	1,33	33,57	0,24	94,99	224,43	43,76	6,87
тткк№253н	Чай "Витаминный" полусл. с блинчиком со сгущ.молок	200/63	4,96	9,57	38,62	260,51	0,1	0,04	0,09	0,00	51,27	82,98	23,74	1,45
	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
Итого стоимость питания в день		115,97 руб.												
Пт, 05 апреля 24			40,94	29,19	156,58	1 052,78	0,58	26,2	43,29	1,01	129,44	640,24	180,42	9,69
Завтрак			22,87	15,87	94,38	611,83	0,35	26,18	11,65	0,62	74,33	388,88	117,8	5,21
ттк-996	Салат "Бобовое зёрнышко"	60	1,69	3,12	7,5	64,86	0,03	0,53	7,65	0,06	26,55	37,87	16,13	1,02
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
ТТК-475	Чай полусладкий с пряником	200/35	2,23	1,56	30,71	145,78	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			18,07	13,32	62,2	440,95	0,23	0,02	31,64	0,39	55,11	251,36	62,62	4,48
ТУ 10.85.19-033-00419779-2017	**Суп карт.с бобовыми с фрик."Останкинскими" с укропом**	250/25/1	13,76	12,65	10,93	212,63	0,16	0,02	31,64	0,39	35,31	207,11	45,82	3,55
ТТК № 258н	Напиток "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"	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 стоимость питания в день		115,97 руб.												
Сб, 06 апреля 24			43,22	55,9	168,17	1 348,67	0,46	23,11	55,27	1,35	229,81	536,79	121,53	8,55
Завтрак			18,36	29,49	78,14	651,4	0,26	0,12	15,08	0,92	86,62	284,17	68,48	6,01
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	135	0,54	0,54	12,15	55,62	0,04	0,07	13,5	0,27	22,55	14,85	10,8	2,7
392/11	Пельмени мясные отварные с маслом	180/5	15,03	28,6	31,7	444,36	0,17	0,02	1,43	0,00	48,02	233,77	42,38	2,42
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
Доп. питание			24,86	26,41	90,03	697,27	0,2	22,99	40,19	0,43	143,19	252,62	53,05	2,54
124/04	Щи из св. капусты с картоф. с цыпл. со сметаной	250/50/10	12,35	12,47	9,37	199,15	0,12	21,58	39,36	0,37	52,32	154,45	33,59	1,61
тткк№343н	Кофейный напиток полусладкий с печ.сах.в ассорт.	200/36	8,2	13,27	50,05	352,44	0,03	1,41	0,83	0,06	83,07	73,27	8,96	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
Итого стоимость питания в день		115,97 руб.												
Итого			248,31	234,29	963,26	6 954,81	5	161,5	352,04	7,83	1 581,23	3 640,91	1 030,6	58,23

	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
		Белки	Жиры	Углеводы		B1	A	C	E	Ca	P	Mg	Fe
ИТОГО ЗА 6 дней		248,31	234,29	963,26	6 954,81	5	161,5	352,04	7,83	1 581,23	3 640,91	1 030,6	58,23
В среднем в день:		41,39	39,05	160,54	1 159,14	0,83	26,92	58,67	1,31	263,54	606,82	171,77	9,71