Примерное недельное меню рационов питания учащихся 1-11 классов в образовательных организациях г. Набережные Челны с 01.04.2024г. по 05.04.2024 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 49,21руб./день;

Категория питания: дополнительное питание

№ 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			12,57	9,3	64,88	393,53	0,2	20,92	22,27	0,65	40,08	199,98	57,43	2,29
Доп. питание			12,57	9,3	64,88	393,53	0,2	20,92	22,27	0,65	40,08	199,98	57,43	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 красной смородины	200	0,12	0,04	16,55	67,06	0,00	0,68	5,13	0,1	7,38	6,77	3,49	0,18
	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
Вт, 02 апреля 24			14,62	16,95	62,2	459,8	1,58	0,71	14,26	0,11	52,88	172,4	48,93	6,48
Доп. питание			14,62	16,95	62,2	459,8	1,58	0,71	14,26	0,11	52,88	172,4	48,93	6,48
ТУ-10.85.19-033-00419779-2017	**Суп из овощей с цыпл, со сметаной**	250/25/5	9	10,98	18,43	208,54	1,53	0,66	14,16	0,11	40,13	139,25	34,03	5,18
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"	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
Ср, 03 апреля 24			15,59	10,04	82,13	481,18	0,63	0,56	101,12	0,46	92,78	336,93	69,23	3,16
Доп. питание			15,59	10,04	82,13	481,18	0,63	0,56	101,12	0,46	92,78	336,93	69,23	3,16
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	112	1,01	0,00	9,41	41,66	0,04	0,00	67,2	0,25	38,08	25,76	14,56	0,34
ТУ 10.85.19-033-00419779-2017	**Рассольник ленинград.с мясом со смет,**	250/25/5	10,13	9,35	17,68	195,39	0,53	0,53	27,52	0,18	40,5	282,75	42,25	2,24
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
Чт, 04 апреля 24			17,03	20,72	84,69	593,41	0,28	0,71	33	0,13	145,18	278,06	71,47	8,37
Доп. питание			17,03	20,72	84,69	593,41	0,28	0,71	33	0,13	145,18	278,06	71,47	8,37
ТУ 10.85.19-033-00419779-2017	**Борщ с капустой и карт. с цыпл. со смет. с укропом**	250/25/5/1	7,76	10,48	15,46	187,22	0,13	0,67	32,91	0,13	86,11	170,18	37,23	6,44
тткN253н	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
Пт, 05 апреля 24			18,07	13,32	62,2	440,95	0,23	0,02	31,64	0,39	55,11	251,36	62,62	4,48
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			77,88	70,33	356,1	2 368,87	2,92	22,92	202,29	1,74	386,03	1 238,73	309,68	24,78

	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 5 дней		77,88	70,33	356,1	2 368,87	2,92	22,92	202,29	1,74	386,03	1 238,73	309,68	24,78
В среднем в день:		15,58	14,07	71,22	473,77	0,58	4,58	40,46	0,35	77,21	247,75	61,94	4,96