

Примерное недельное меню рационов питания учащихся (детей-инвалидов) 5-11 классов в образовательных организациях г. Набережные Челны с 22.04.2024г. по 27.04.2024 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
118,82руб./день;**

Категория питания: завтрак + дополнительное питание

1 группа

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность ккап	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белк и	Жиры	Углев оды		В1	А	С	Е	Са	Р	Mg	Fe
Пн, 22 апреля 24			37,27	45,17	147,04	1 143,98	0,44	22,33	40,56	1,24	341,62	470,63	170,65	6,7
Завтрак			22,33	31,68	69,04	650,73	0,32	0,23	33,3	0,68	307,04	351,33	141,72	5,12
ТТК-357н	Салат "Капуста квашеная" (б/лука)	100	1,8	5,55	8,54	91,33	0,02	0,00	30	0,1	48	31	16	0,6
ттк № 1н	Колбасные изделия отварные (сосиски) с маслом	100/5	12,41	20,1	0,48	232,51	0,06	0,04	0,00	0,21	231,51	152,91	22,27	0,22
510/04	Каша гречневая вязкая	180	5,57	5,7	29,83	192,97	0,19	0,12	0,00	0,35	11,58	132,51	87,59	2,95
686/04	Чай с лимоном	200/7	0,27	0,06	15,28	62,73	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			14,94	13,49	78	493,25	0,12	22,1	7,26	0,56	34,58	119,3	28,93	1,58
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
ттк№-265н	Компот "Фруктово-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		118,82 руб.												
Вт, 23 апреля 24			38,21	44,89	156,93	1 184,5	0,39	2,79	17,92	2,4	181,2	444,97	99,77	7,96
Завтрак			23,58	24,97	98,23	711,91	0,3	1,66	17,14	2	151,57	309,54	68,85	5,95
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	155	0,62	0,62	13,95	63,86	0,05	0,08	15,5	0,31	25,89	17,05	12,4	3,1
ТТК-490н	Котлеты "Челнинские" с овощами (кукур.конс.)	75/25	12,09	17,09	9,3	239,33	0,07	0,01	0,56	0,33	13,38	146,1	25,2	1,23
516/04	Макаронные изделия отварные	180	6,43	5,24	43,85	248,26	0,1	0,03	0,00	1,29	19,15	56,48	10,22	1,04
ттк-839к	Напиток из цикория с молоком	200	2,16	1,75	16,22	89,27	0,03	1,54	1,08	0,07	85,35	65,01	10,53	0,1
	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			14,63	19,92	58,7	472,59	0,09	1,13	0,78	0,4	29,63	135,43	30,92	2,01
ТУ 10.85.19-033-00419779-2017	Суп крестьянский с крупой с фрик. Останк. со смет.	250/25/10	9,01	13,95	14,93	221,33	0,04	1,08	0,68	0,4	16,88	102,28	16,02	0,71
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		118,82 руб.												
Ср, 24 апреля 24			33,69	23,62	149,98	947,2	0,93	2,12	51,83	0,9	149,26	658,55	165,83	8,11
Завтрак			25,91	17,58	77,26	570,88	0,37	1,56	17,91	0,86	98,16	422,58	119,96	6,37
52/11	Салат из свеклы отварной	100	1,94	6,12	11,37	108,34	0,03	1,16	12,92	0,13	47,8	55,56	28,42	1,81
437/04	Гуляш	50/50	15,96	5,87	3,58	131,02	0,1	0,02	2,44	0,11	16,15	166,76	23,67	2,07
510/04	Каша пшеничная вязкая	180	5,57	5,27	29,22	186,58	0,19	0,03	0,00	0,57	20,33	167,93	53,47	1,51
ттк№253н	Чай "Витаминный"полусл. с мармеладом	200/16	0,16	0,05	18,18	73,75	0,00	0,35	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			7,78	6,04	72,72	376,32	0,56	0,56	33,92	0,04	51,1	235,97	45,87	1,74
ТУ-10.85.19-033-00419779-2017	Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	3,33	5,35	17,68	132,19	0,5	0,53	27,52	0,01	36,9	207,55	33,45	1,16
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		118,82 руб.												
Чт, 25 апреля 24			51,25	36,23	176,18	1 235,81	0,5	5,77	47,56	0,8	426	655,85	134,34	13,69
Завтрак			34,23	15,51	91,52	642,58	0,22	5,07	15,56	0,69	283,05	378,72	63,57	5,33
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	140	0,56	0,56	12,6	57,68	0,04	0,07	14	0,28	23,38	15,4	11,2	2,8
ТТК - 521н	Запеканка из творога "Ягодка" со сгущ.молоком	150/50	29,16	13,12	33,3	367,93	0,13	4,95	1,46	0,41	246,92	330,17	37,47	1,23
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			17,02	20,72	84,66	593,23	0,28	0,7	32	0,11	142,95	277,13	70,77	8,36
ТУ 10.85.19-033-00419779-2017	Борщ с капустой и картоф.цыпл.смет	250/25/5	7,75	10,48	15,43	187,04	0,13	0,66	31,91	0,11	83,88	169,25	36,53	6,43
ттк№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		118,82 руб.												
Пт, 26 апреля 24			53,38	24,18	126,52	937,22	0,59	10,06	73,4	1,29	154,12	612,8	214,52	8,58
Завтрак			35,32	10,86	64,35	496,45	0,36	10,05	42,76	0,92	101,24	362,37	152,6	4,11
ТТК-294н	Огурец свежий порциями	100	5,44	0,1	2,55	32,86	0,03	0,01	10,2	0,1	23,46	42,84	14,28	0,61
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
520/04	Пюре картофельное	180	3,97	5,89	26,55	175,11	0,2	1,12	31,16	0,18	52,36	117,05	39,5	1,44
ТТК-356н	Компот "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 "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			18,06	13,32	62,17	440,77	0,23	0,01	30,64	0,37	52,88	250,43	61,92	4,47
ТУ 10.85.19-033-00419779-2017	Суп картофельный с бобовыми с мясными фрикадельками "Останкинские"	250/25	13,75	12,65	10,9	212,45	0,16	0,01	30,64	0,37	33,08	206,18	45,12	3,54
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
Итого стоимость питания в день		118,82 руб.												
Сб, 27 апреля 24			38,2	30,66	170,28	1 109,91	0,59	58,44	58,49	1,48	237,11	612,82	212,99	7,6
Завтрак			23,77	17,53	114,58	711,22	0,41	36,12	18,96	1,16	91,89	400,96	152,36	5,62
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	140	0,56	0,56	12,6	57,68	0,04	0,07	14	0,28	23,38	15,4	11,2	2,8
ттк №241н	Минтай тушеный с овощами	50/50	13,18	5,74	4,65	123,01	0,1	36,01	4,93	0,37	23,92	144,76	54,56	0,93
316/10	Рис припущенный	180	4,56	5,21	45,71	247,99	0,22	0,03	0,00	0,51	28,54	212,93	74,65	1,37
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофр. с печ. сахарн	200/18	3,19	5,75	36,71	211,35	0,00	0,01	0,03	0,00	8,25	2,97	1,45	0,04
	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			14,43	13,13	55,7	398,69	0,18	22,32	39,53	0,32	145,22	211,86	60,63	1,98
124/04	Щи из св. капусты с картоф. с цыпл. со сметаной	250/25/5	7,1	7,24	9,19	130,36	0,09	20,91	38,7	0,26	43,44	100,2	27,06	1,19
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	200	3,02	5,22	15,9	122,65	0,04	1,41	0,83	0,06	93,98	86,76	23,07	0,31
	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		118,82 руб.												
Итого			252	204,75	926,93	6 558,62	3,44	101,51	289,76	8,11	1 489,31	3 455,62	998,1	52,64

	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 6 дней		252	204,75	926,93	6 558,62	3,44	101,51	289,76	8,11	1 489,31	3 455,62	998,1	52,64
В среднем в день:		42,00	34,13	154,49	1 093,10	0,57	16,92	48,29	1,35	248,22	575,94	166,35	8,77

