

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.3,5,9,10,57 2гр.4,6,69 3гр.38,36ф,59 4гр.43,79,49,55 5 гр.17,60,45 6 гр.42,75,62 7гр.54,53,16 8гр.23,40,61 9гр.15,19,77
0гр.50,11,88 31гр.44,56,21 32гр.27,28,68,29

**Стоимость питания
118,82руб./день;**

Категория питания: завтрак + дополнительное питание

2 группа

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	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
Пн, 22 апреля 24			41,39	38,54	208,75	1 347,46	0,64	22,37	41,12	1,63	130,81	593,91	251,95	10,8
Завтрак			26,45	25,05	130,75	854,21	0,52	0,27	33,86	1,07	96,23	474,61	223,02	9,22
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№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (фасоль стр.)	75/25	11,16	12,44	9,3	193,76	0,09	0,01	0,56	0,28	12,81	158,72	24,73	1,68
508/04	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,54	6,73	56,64	329,28	0,36	0,19	0,00	0,67	19,47	249,98	166,43	5,59
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			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			38,6	48,08	166,64	1 253,68	0,39	7,23	19,16	1,26	412,39	567,78	120,13	8,09
Завтрак			23,97	28,16	107,94	781,09	0,3	6,1	18,38	0,86	382,76	432,35	89,21	6,08
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	150	0,6	0,6	13,5	61,8	0,05	0,08	15	0,3	25,05	16,5	12	3
337/04	Яйцо вареное	1 шт	5,52	5,04	0,00	67,44	0,03	0,27	0,00	0,29	26,4	92,16	5,76	1,2
ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	200/5	6,78	8	27,99	211,12	0,13	3,54	2,08	0,16	200,95	195,69	38,45	0,86
ттк №198н	Какао с молоком полусладкое с печ.сахарн.	200/36	8,79	14,25	51,54	369,54	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			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			41,55	26,27	149,95	1 002,39	0,84	129,85	44,87	2,35	125,41	548,25	185,47	6,01
Завтрак			33,77	20,23	77,23	626,07	0,28	129,29	10,95	2,31	74,31	312,28	139,6	4,27
612/04	Маринад овощной с томатом	100	1,28	10,08	9	131,83	0,05	120	7,2	0,33	23,89	46,16	26,81	0,69
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	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-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			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			37,42	46,99	159,33	1 210	0,67	1,89	178,96	0,94	502,02	617,12	168,72	11,1
Завтрак			20,39	26,27	74,64	616,59	0,39	1,18	145,96	0,81	356,84	339,06	97,25	2,73
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	191	1,72	0,00	16,04	71,05	0,08	0,00	114,6	0,42	64,94	43,93	24,83	0,57
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
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			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
ттк№253н	Чай "Витаминный" полусл. с блинчиком со сгущ.молоч	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			42,97	35,04	158,32	1 120,51	0,63	30,95	48,94	1,49	162,13	738,82	210,01	11,41
Завтрак			24,9	21,72	96,12	679,56	0,4	30,93	17,3	1,1	107,02	487,46	147,39	6,93
ттк-996	Салат "Бобовое зёрнышко"	100	2,82	5,2	12,5	108,09	0,05	0,88	12,75	0,1	44,25	63,12	26,89	1,69
ттк-№1021	Плов из говядины	50/200	19,6	16,2	51,27	429,26	0,3	30	4,45	1	50,02	391,19	105,6	3,94
ТТК-475	Чай полусладкий с мармеладом	200/16	0,2	0,05	17,44	71,02	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 "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			41,37	50,15	164,7	1 275,65	0,52	23,1	55,43	1,34	248,59	589,83	140,34	8,87
Завтрак			21,69	31,79	108,82	808,17	0,31	0,11	15,24	0,91	94,49	323,72	73,18	6,47
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	200/3	16,68	29,92	35,19	476,81	0,19	0,01	1,59	0,00	52,74	258,97	47,08	2,68
ТТК№258к	Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка с пряником	200/35	2,19	1,06	46,57	204,55	0,03	0,03	0,15	0,64	11,4	25	4,8	0,61
	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			19,68	18,36	55,88	467,48	0,21	22,99	40,19	0,43	154,1	266,11	67,16	2,4
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
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			243,3	245,07	1 007,69	7 209,69	3,69	215,39	388,48	9,01	1 581,35	3 655,71	1 076,62	56,28

	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		243,3	245,07	1 007,69	7 209,69	3,69	215,39	388,48	9,01	1 581,35	3 655,71	1 076,62	56,28
В среднем в день:		40,55	40,85	167,95	1 201,62	0,62	35,90	64,75	1,50	263,56	609,29	179,44	9,38

