

Примерное недельное меню рационов питания учащихся 1-11 классов в образовательных организациях г.

Набережные Челны с 22.04.2024г. по 26.04.2024 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		В1	А	С	Е	Ca	P	Mg	Fe
<b>Пн, 22 апреля 24</b>			12,24	7,77	60,72	361,82	0,12	22,1	7,27	0,56	34,58	119,31	28,94	1,58
<b>Доп. питание</b>			12,24	7,77	60,72	361,82	0,12	22,1	7,27	0,56	34,58	119,31	28,94	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 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
<b>Вт, 23 апреля 24</b>			14,63	19,92	58,7	472,59	0,09	1,13	0,78	0,4	29,63	135,43	30,92	2,01
<b>Доп. питание</b>			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"	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
<b>Ср, 24 апреля 24</b>			16,08	10,04	86,75	501,64	0,66	0,56	134,12	0,58	111,48	349,58	76,38	3,32
<b>Доп. питание</b>			16,08	10,04	86,75	501,64	0,66	0,56	134,12	0,58	111,48	349,58	76,38	3,32
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	167	1,5	0,00	14,03	62,12	0,07	0,00	100,2	0,37	56,78	38,41	21,71	0,5
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
<b>Чт, 25 апреля 24</b>			17,03	20,72	84,69	593,41	0,28	0,71	33	0,13	145,18	278,06	71,47	8,37
<b>Доп. питание</b>			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
<b>Пт, 26 апреля 24</b>			18,07	13,32	62,2	440,95	0,23	0,02	31,64	0,39	55,11	251,36	62,62	4,48
<b>Доп. питание</b>			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
<b>Итого</b>			78,05	71,77	353,06	2 370,41	1,38	24,52	206,81	2,06	375,98	1 133,74	270,33	19,76

	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
<b>ИТОГО ЗА 5 дней</b>		78,05	71,77	353,06	2 370,41	1,38	24,52	206,81	2,06	375,98	1 133,74	270,33	19,76
<b>В среднем в день:</b>		15,61	14,35	70,61	474,08	0,28	4,90	41,36	0,41	75,20	226,75	54,07	3,95