

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

Набережные Челны с 06.05.2024г. по 08.05.2024 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
Пн, 06 мая 24			16,49	15,02	93,5	575,18	0,25	20,92	103,26	0,95	85,98	231,02	74,97	2,7
Доп. питание			16,49	15,02	93,5	575,18	0,25	20,92	103,26	0,95	85,98	231,02	74,97	2,7
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	135	1,22	0,00	11,34	50,22	0,05	0,00	81	0,3	45,9	31,05	17,55	0,41
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 "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"	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 "Рябиношка"	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, 07 мая 24			19,87	22,18	62,38	528,59	1,61	1,38	14,92	0,22	61,76	226,65	55,46	6,9
Доп. питание			19,87	22,18	62,38	528,59	1,61	1,38	14,92	0,22	61,76	226,65	55,46	6,9
ТУ 10.85.19-033-00419779-2017	Суп из овощей с цыпл, со сметаной	250/50/10	14,25	16,21	18,61	277,33	1,56	1,33	14,82	0,22	49,01	193,5	40,56	5,6
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 "Рябиношка"	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, 08 мая 24			7,78	6,04	72,72	376,32	0,56	0,56	33,92	0,04	51,1	235,97	45,87	1,74
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 "Рябиношка"	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			44,14	43,24	228,6	1 480,09	2,42	22,86	152,1	1,21	198,84	693,64	176,3	11,34

	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 3 дней		44,14	43,24	228,6	1 480,09	2,42	22,86	152,1	1,21	198,84	693,64	176,3	11,34
В среднем в день:		14,71	14,41	76,20	493,36	0,81	7,62	50,70	0,40	66,28	231,21	58,77	3,78