

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р.И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

(№ДОУ)

(ФИО руководителя)

(подпись)



**ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСК с 07.08.2023г. по 11.08.2023 г.**

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг		
		Дет. сад	Ясли	Белки		Жиры		Углеводы		Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли					
<b>Пн, 07 августа 23</b>														
<b>Завтрак</b>														
3/04	Бургерод с сыром	30/5	20/5	14,01	10,69	51,1	11,96	9,79	52,76	197,87	1 756,07	1 475,49	87,86	66,71
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	3,68	2,94	2,24	1,95	15,42	10,28	38,29	374,76	284,05	3,08	2,32
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	8,68	6,51	8,42	6,86	29,88	22,42	230,02	177,48	70,46	0,04	0,04
697/04	Молоко кипяченое	100	100	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	36,11	0,75	0,56
<b>Второй завтрак</b>														
20/2010	Салат из белокочанной капусты	50	40	0,97	0,77	2,55	2,04	5,24	4,19	56,23	56,23	56,23	1,37	1,37
148/04	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	8,05	7,50	7,18	6,67	11,15	8,36	66,25	769,55	619,64	83,02	62,65
ТТК-393к	Запеканка картофельная с мясом "По-домашнему" с маслом	180/5	130/5	13,48	9,75	26,70	20,30	19,04	13,77	47,83	41,47	38,26	29,89	23,91
ТТК-265н	Компот "Плодово-ягодный" из красной смородины	200	150	0,12	0,09	0,04	0,03	16,55	12,41	67,06	370,38	276,75	45,79	33,06
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46	47,46	5,13	3,84
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	555,53	515,57	0,39	0,37
<b>Уплотненный полдник</b>														
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04	21,54	18,23	67,44	67,44	67,44		
510/04	Каша гречневая вязкая	130	110	4,03	3,41	4,12	3,49	17,62	13,22	139,36	139,36	117,92		
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	0,76	0,57	0,06	0,04	46,88	46,88	74,06	74,06	55,54	0,09	0,07
ТТК-458	Ватрушка с повидлом	75	75	4,43	4,43	2,44	2,44	9,94	9,94	227,21	227,21	227,21	0,30	0,30
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46	47,46		
<b>Итого стоимость питания в день</b>														
		146,5 руб.	116,32 руб.	81,84	66,9	62,81	55,66	272,1	225,12	1 980,93	1 668,92	1 668,92	71,45	57,62
<b>Вт, 08 августа 23</b>														
<b>Завтрак</b>														
3/04	Бургерод с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	15,19	11,84	15,72	13,73	69,29	51,99	479,39	378,91	378,91	3,45	2,70
ТТК-301	Каша молочная "Дружба" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	3,74	3,00	5,91	5,62	15,49	10,35	130,13	104,00	104,00	0,04	0,04
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	253,26	194,91	2,24	1,68	
698/04	Простокваша	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	96,00	80,00	1,17	0,98	
<b>Второй завтрак</b>														
52/11	Салат из свеклы отварной	50	40	27,83	24,22	26,11	23,16	102,17	86,67	754,95	53,28	53,28	0,84	0,84
				0,91	0,73	3,06	2,45	5,33	4,27	52,49	41,99	651,91	52,49	39,59
													6,06	4,85





	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг	
	Дет. сад	Ясли	Белки		Жиры		Углеводы		Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли
			Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли				
<b>ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:</b>			270,10	210,45	300,50	235,15	1305,25	1015,30	9005,00	7060,00	255,00	225,05
<b>В среднем в день:</b>			54,02	42,09	60,10	47,03	261,05	203,06	1 801,00	1 412,00	51,00	45,01




Рекомендуемые нормы физиологических потребностей для детей с 3 до 7 лет в пищевых веществах и энергии согласно СанПин 2.3./2.4.3590 - 20 "Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях"

возраст детей	энергетическая ценность, ккал	белки, г	жиры, г	углево ды, г	Витами н С мг
3-7 лет	1800	54	60	261	50
до 3 лет	1400	42	47	203	45

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

 Г.Н. Мартынова  
 А.Р. Гатина  
 Л.Р. Загдулпина