

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

В.П. Гусева

"СОГЛАСОВАНО"

(№ДОУ)

(ФИО руководителя)

(подпись)

МБОУ о.е. Бедяка

В.П. Гусева

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСК с 13.02.2023г. по 17.02.2023 г.

№ ИД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Энергетическая 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						
Пн, 13 февраля 23															
Завтрак															
3/04	Бутерброд с маслом с сыром														
ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	30/5/5	20/5/5	9,62	9,09	54,72	46,95	41,97	13,31	35,77	219,4	191,82	1 534,97	1 363,77	
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200/5	150/5	7,94	5,97	9,00	7,66	29,91	22,45	232,44	182,60	2,60	1,95	18,17	2,55
698/04	Второй завтрак	200	150	0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17	2,55	1,91	51,85	0,72
	Кефир	100	100	3,00	3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	4,14	4,14	51,85	0,72	0,72
	Обед														
ТТК-62	Салат из отварной свеклы	50	40	34,58	32,16	20,47	17,22	103,59	79,81	736,93	602,85	29,15	21,94	602,85	29,15
134/04	Суп крестьянский со сметаной	200/5	150/5	0,97	0,78	3,06	2,45	5,68	4,55	54,17	43,34	6,46	5,17	43,34	6,46
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	1,64	1,26	5,01	3,94	8,44	6,37	85,35	66,01	19,62	14,72	66,01	19,62
ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	150	27,35	25,96	11,69	10,18	40,01	26,80	374,68	302,67	3,04	2,03	302,67	3,04
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02	59,94	0,03
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46	0,03	0,02	47,46	0,03
	Уплотненный полдник														
510/04	Десерт фруктовый Яблоко	100	100	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,43	11,22	11,03	83,43	11,22
ТТК-437	Каша гречневая вязкая	130	110	11,50	10,47	9,80	8,85	75,90	70,72	437,78	404,30	10,00	10,00	404,30	10,00
733/04	Чай полусладкий с молоком	200	150	0,40	0,40	0,40	0,40	9,00	9,00	41,20	41,20	0,75	0,56	41,20	0,75
	Оладьи с повидлом	50/10	50/10	4,03	3,41	4,12	3,49	21,54	18,23	139,36	117,92	0,47	0,47	117,92	0,47
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56	36,11	0,75
	Итого стоимость питания в день	146,5 руб.	116,32 руб.	3,90	3,90	3,80	3,80	27,96	27,96	161,61	161,61	0,47	0,47	161,61	0,47
	Вт, 14 февраля 23			1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46	0,03	0,02	47,46	0,03
Завтрак															
3/04	Бутерброд с сыром			64,83	54,97	66	55,4	273,43	219,26	1 947	1 595,61	68,32	55,83	1 595,61	68,32
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	30/5	20/5	15,63	12,13	13,79	11,62	72,58	55,85	476,96	376,55	2,92	2,39	376,55	2,92
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	200/3	150/3	3,68	2,93	2,24	2,03	15,42	11,77	96,59	77,11	0,04	0,17	77,11	0,04
697/04	Молоко кипяченое	180	150	9,23	6,93	6,85	5,68	42,85	32,15	269,98	207,45	2,13	1,60	207,45	2,13
	Второй завтрак			2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62	91,99	0,75
	Обед			4,59	3,06	3,96	2,64	7,60	5,06	84,35	56,23	2,06	1,37	56,23	2,06
20/2010	Салат из белокочанной капусты	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37	56,23	1,37
139/04	Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы	22,82	20,69	22,10	20,39	96,08	80,53	674,44	588,44	588,44	588,44	58,93	48,38	588,44	58,93
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50	40	0,78	0,62	2,54	2,03	4,69	3,76	44,75	35,80	23,92	19,14	35,80	23,92
520/04	Пюре картофельное	200/15	150/15	10,61	9,41	7,01	6,53	15,99	11,99	169,42	144,41	9,93	7,63	144,41	9,93
ТТК-268н	Компот "Плодово-ягодный" из изюма	50/50	50/50	4,45	4,45	7,60	7,60	5,54	5,54	108,35	108,35	2,57	2,57	108,35	2,57
	Хлеб "Рябинушка"	130	110	2,86	2,42	4,26	3,60	19,17	16,22	126,47	107,01	22,51	19,04	107,01	22,51
		200	150	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	82,64	61,98	0,03	0,02	61,98	0,03
		1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46	0,03	0,02	47,46	0,03

1/04	30/5	20/5	2,27	1,57	4,49	3,81	15,49	10,01	111,49	80,57	2,29	1,72
ТТК-198Н	180	150	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	0,86	0,86
Второй завтрак												
698/04	100	100	3,02	3,02	2,70	2,70	4,32	4,32	53,68	53,68	0,86	0,86
Обед												
ТТК-66	50	40	0,49	0,39	5,09	4,07	6,56	5,25	73,94	59,15	3,08	2,46
ТТК-425	200/25	150/25	8,44	7,83	8,32	7,84	16,86	12,74	176,10	152,87	13,84	10,54
479/97	75	75	13,38	13,38	21,26	21,26	0,82	0,82	248,10	248,10	1,00	1,00
534/04	130	110	3,15	2,66	4,20	3,56	13,26	11,22	103,45	87,54	91,44	77,37
707/04	180	150	0,90	0,75	0,18	0,18	18,18	15,15	76,32	63,60	4,32	3,60
Уплотненный полдник												
ТТК-1019	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,00	9,00	41,20	41,20	10,00	10,00
Десерт фруктовый Яблоко												
686/04	200/7	150/7	0,27	0,22	0,06	0,05	15,28	11,52	62,73	47,38	3,30	3,27
Чай с лимоном												
Хлеб "Рябинушка"												
Итого стоимость питания в день												
Итого												
	146,5 руб.	116,32 руб.	308,07	256,37	292,76	245,14	1 195,7	969,11	8 649,69	7 108,01	392,66	333,49

	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.				Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг			
	Дет. сад	Ясли	Белки	Жиры		Углеводы		Дет. сад	Ясли	С	С	
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли					
			Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли		
			270,80	211,35	300,25	235,15	1305,7	1016,4	9149,20	7108,00	251,75	225,35
Итого за неделю:			54,16	42,27	60,05	47,03	261,14	203,28	1 829,84	1 421,60	50,35	45,07
В среднем в день:												

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

Мартынова Г.Н. Мартынова
А.Р. Гатина А.Р. Гатина
Загидуллина П.Р. Загидуллина