

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Ирина И. Мусина
И.И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"
(№ДОУ) *М.В. Юсупов*
(ФИО руководителя) *М.В. Юсупов*
(подпись) *М.В. Юсупов*



ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСК С 21.08.2023г. по 25.08.2023г.

№ ИД	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				
Пн, 21 августа 23													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с сыром					63,6	53,29	235,81	197,87	1 756,07	1 475,49	87,86	66,71
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	30/5	20/5	14,01	10,69	11,96	9,79	52,76	38,29	374,76	284,05	3,08	2,32
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200/3	150/3	8,68	6,51	8,42	6,86	29,88	22,42	96,59	70,46	0,04	0,04
697/04	Молоко кипяченое	200	150	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	230,02	177,48	2,29	1,72
Обед													
20/2010	Салат из белокачанной капусты	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
148/04	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	50	40	0,97	0,77	2,55	2,04	82,01	66,25	769,55	619,64	83,02	62,65
ТТК-393к	Запеканка картофельная с мясом "По-домашнему" с маслом	200/15	150/15	8,05	7,50	7,18	6,67	5,24	4,19	47,83	38,26	29,89	23,91
ТТК-265н	Компот "Фруктово-ягодный" из красной смородины	180/5	130/5	13,48	9,75	26,70	20,30	11,15	8,36	141,47	123,45	2,21	1,84
	Хлеб "Рябинушка"	200	150	0,12	0,09	0,04	0,03	16,55	12,41	370,38	276,75	45,79	33,06
	Хлеб "Дарницкий"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	67,06	50,29	5,13	3,84
	Уплотненный полдник	1/46,4	1/40,6	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	47,46	47,46		
337/04	Яйцо вареное			16,23	15,45	11,84	11,19	95,96	88,27	555,53	515,57	0,39	0,37
510/04	Каша гречневая вязкая	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	130	110	4,03	3,41	4,12	3,49	21,54	18,23	139,36	117,92		
ТТК-458	Ватрушка с повидлом	200	150	0,76	0,57	0,06	0,04	17,62	13,22	74,06	55,54	0,09	0,07
	Хлеб "Рябинушка"	75	75	4,43	4,43	2,44	2,44	46,88	46,88	227,21	227,21	0,30	0,30
Итого стоимость питания в день													
		146,5 руб.	116,32 руб.	81,8	66,9	62,7	55,66	271,96	225,12	1 979,19	1 668,92	70,53	57,62
Вт, 22 августа 23													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с маслом с сыром			15,19	11,84	15,72	13,73	69,29	51,99	479,39	378,91	3,45	2,70
ТТК-301	Каша молочная "Дружба" (жидкая) с маслом	30/5/5	20/5/5	3,74	3,00	5,91	5,62	15,49	10,35	130,13	104,00	0,04	0,04
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	200/3	150/3	8,40	6,30	7,29	6,01	38,52	28,90	253,26	194,91	2,24	1,68
698/04	Простокваша	180	150	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
Обед													
		100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
				27,79	24,22	26,00	23,16	102,03	86,67	753,21	651,91	51,57	39,59

52/11	Салат из свеклы отварной	50	40	0,91	0,73	3,06	2,45	5,33	4,27	52,49	41,99	6,06	4,85
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/5	1,92	1,37	4,51	3,01	6,60	4,84	74,64	51,93	38,22	28,65
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/30	50/30	5,14	5,14	13,42	13,42	7,45	7,45	171,13	171,13	2,49	2,49
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	14,70	12,44	4,32	3,65	32,42	27,44	227,34	192,37		
707/04	Сок фруктовый разливной	200	150	1,00	0,75			20,20	15,15	84,80	63,60	4,80	3,60
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,43		
	Уплотненный полдник			35,76	27,78	18,34	16,13	96,31	82,13	693,31	584,82	14,67	14,49
	Десерт фруктовый Яблоко	140	140	0,56	0,56	0,56	0,56	12,60	12,60	57,68	57,68	14,00	14,00
ТТК-302Н	Галушки "Снежок"	200	150	30,93	23,00	12,14	9,95	52,39	39,48	442,54	339,42	0,57	0,42
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/17	150/17	2,75	2,70	5,46	5,44	21,38	20,11	145,63	140,26	0,10	0,07
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Итого стоимость питания в день	146,5 руб.	116,32 руб.										
	Ср, 23 августа 23			52,62	42,13	50,51	41,94	207,64	171,41	1 495,69	1 231,53	72,44	58,07
	Завтрак			14,41	11,21	10,76	9,03	65,71	49,17	417,39	322,74	3,08	2,38
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	3,68	2,94	2,24	1,95	15,42	10,28	96,59	70,46	0,04	0,04
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	8,21	6,17	6,88	5,71	36,35	27,27	240,19	185,11	2,29	1,72
ТТК-343Н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62
	Второй завтрак			3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
697/04	Молоко кипяченое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
	Обед			24,88	17,98	26,53	19,73	77,41	62,45	647,93	499,25	62,15	49,25
13/2010	Салат из свежих огурцов	50	40	0,39	0,31	3,05	2,44	1,21	0,97	33,80	27,04	4,85	3,88
110/04	Борщ с кап. и карт.с мясными фрикадельками Останк.со сметаной	200/25/10	150/25/5	7,75	7,25	9,48	8,33	10,85	8,13	159,73	136,5	23,31	17,62
ТТК-1026	Биточки рыбные "Морячка"	75	50	9,99	4,42	9,18	4,85	5,48	2,42	144,53	71,01	1,38	0,59
520/04	Пюре картофельное	130	110	2,45	2,07	3,95	3,34	10,78	9,12	88,48	74,87	28,07	23,75
ТТК-271Н	Компот "Плодово-ягодный" из свежих яблок	200	150	0,18	0,14	0,18	0,14	19,06	14,29	78,58	58,94	4,54	3,41
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,43		
	Уплотненный полдник			10,27	9,88	10,58	10,54	59,46	54,73	374,14	353,31	5,84	5,07
ТТК-2Н	Зеленый горошек порциями	15	10	1,02	0,68	0,08	0,05	2,91	1,94	16,44	10,96	2,22	1,48
208/10	Макароны запеченные с яйцом с маслом	150/5	150/5	7,46	7,46	10,26	10,26	31,33	31,33	247,51	247,51	0,32	0,32
686/04	Чай с лимоном	200/7	150/7	0,27	0,22	0,06	0,05	15,28	11,52	62,73	47,38	3,30	3,27
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Итого стоимость питания в день	146,5 руб.	116,32 руб.										
	Чт, 24 августа 23			82,27	55,96	49,12	39,5	239,43	193,43	1 729,1	1 353,18	39,08	32,59
	Завтрак			15,26	11,53	14,02	12,10	77,36	59,51	496,77	393,14	3,45	2,72
2/04	Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	2,27	1,53	4,49	4,20	21,35	16,21	134,93	108,80	0,10	0,10
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	9,94	7,46	7,01	5,80	40,73	30,56	265,84	204,34	2,18	1,64
ТТК-198Н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
	Второй завтрак			3,02	3,02	2,70	2,70	4,32	4,32	53,68	53,68	0,86	0,86
698/04	Ацидофилин	100	100	3,02	3,02	2,70	2,70	4,32	4,32	53,68	53,68	0,86	0,86
	Обед			33,18	19,92	17,77	13,08	90,46	74,23	654,51	494,30	21,34	15,86
ТТК-66	Салат "Солнышко"	50	40	0,59	0,47	5,09	4,07	7,13	5,70	76,72	61,38	3,49	2,79
131/04	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	150/5	2,33	1,78	3,79	3,03	10,20	7,70	84,23	65,17	16,55	12,41
ТТК-53ж	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	25/25	23,64	11,82	4,60	2,30	3,76	1,89	150,98	75,51	1,27	0,64
510/04	Каша рисовая вязкая	130	110	2,00	1,69	3,58	3,03	19,91	16,85	119,85	101,41		

ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	150	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,43		
	Уплотненный полдник												
	Десерт фруктовый Яблоко	125	125	0,50	21,49	14,63	11,62	67,29	55,37	524,14	412,06	13,43	13,15
ТТК-341	Запеканка "Сладкоежка" с соусом сметанным "Сластена"	150/15	100/30	28,59	19,32	13,90	10,90	41,04	30,39	403,68	296,98	0,83	0,57
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,20	0,15	0,05	0,04	5,06	3,79	21,50	16,12	0,10	0,08
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Итого стоимость питания в день	146,5 руб.	116,32 руб.										
	Пт, 25 августа 23												
	Завтрак												
3/04	Бургерборд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	15,49	12,03	14,40	12,67	72,28	54,12	480,72	378,62	2,92	2,26
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	9,23	6,93	6,85	5,68	42,85	32,15	269,98	207,45	2,13	1,60
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62
	Второй завтрак												
697/04	Молоко кипяченое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
	Обед												
ТТК-637	Салат из свежей капусты с помидором	50	40	0,98	0,78	2,30	1,84	2,87	2,29	36,08	28,86	32,31	25,85
133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	5,40	4,96	4,22	3,75	9,45	7,09	97,41	81,98	24,08	18,07
ТТК-739к	Котлеты "Татарские"	75	50	12,09	8,06	17,09	11,06	9,30	6,20	239,33	156,55	0,56	0,37
516/04	Макаронные изделия отварные	130	110	4,64	3,93	3,78	3,20	31,67	26,79	179,30	151,72		
ТТК-268н	Ксмпот "Плодово-ягодный" из изюма	200	150					20,66	15,50	82,64	61,98		
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,43		
	Уплотненный полдник												
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	6,10	6,10	5,52	5,52	0,34	0,34	75,41	75,41	39,52	38,32
261/2004	Картофельное пюре запеченное с маслом	150/5	150/5	3,86	3,86	10,86	10,86	13,49	13,49	167,12	167,12	34,72	34,72
	Сок фруктовый с печеньем сахарным в ассортименте	200/17	150/17	3,55	3,30	5,41	5,41	36,52	31,47	208,93	187,73	4,80	3,60
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Итого стоимость питания в день	146,5 руб.	116,32 руб.										
	Итого	337,57	267,48	293,02	248,15	1 196,15	987,64	8 773,49	7 253,67	370,67	301,23		

	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				
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:			270,10	212,80	304,35	237,80	1305,15	1015,20	9050,00	7253,65	250,20	225,30
В среднем в день:			54,02	42,56	60,87	47,56	261,03	203,04	1 810,00	1 450,73	50,04	45,06

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

Мартынова

Г.Н. Мартынова

Гатина

А. Р. Гатина

Загидуллина

Л. Р. Загидуллина