

"УТВЕРЖДАЮ"  
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р.И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"  
Директор сада "Березка"

(№ ДОУ)  
Р.И. Мусина

(ФИО руководителя)

(подпись)



**ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСК С 28.08.2023г. по 01.09.2023 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, 28 августа 23</b>															
<b>Завтрак</b>															
3/04	Бутерброд с сыром														
ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	30/5	20/5	3,68	2,94	2,24	1,95	15,42	10,28	96,59	70,46	1 604,83	1 351,06	49,2	39,76
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17	232,44	182,60	2,60	1,95
<b>Второй завтрак</b>															
697/04	Молоко кипяченое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	56,23	56,23	1,37	1,37
<b>Обед</b>															
134/04	Салат "Солнышко"	50	40	0,59	0,47	5,09	4,07	7,13	5,70	76,72	61,38	757,56	619,30	31,42	23,46
ТТК - 417	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200/5	150/5	1,72	1,33	4,96	3,91	7,50	5,67	81,58	63,18	81,58	63,18	24,50	18,38
ТТК -417	Плов "Золотой петушок"	50/150		27,42		11,70		40,39		376,53				3,40	
ТТК-257н	Плов "Золотой петушок"	200	150	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	79,92	59,94	0,03	0,02
	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46	47,46	47,46		
	Хлеб "Рябинушка"	1/46,4	1/40,6	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,43	95,35	83,43		
	Хлеб "Дарницкий"			11,50	10,47	9,80	8,85	75,90	70,72	437,78	404,30	437,78	404,30	11,22	11,03
<b>Уплотненный полдник</b>															
510/04	Десерт фруктовый Яблоко	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,00	9,00	41,20	41,20	41,20	41,20	10,00	10,00
ТТК-437	Каша гречневая вязкая	130	110	4,03	3,41	4,12	3,49	21,54	18,23	139,36	117,92	139,36	117,92		
733/04	Чай полусладкий с молоком	200	150	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	48,15	36,11	0,75	0,56
	Оладьи с повидлом	50/10	50/10	3,90	3,90	3,80	3,80	27,96	27,96	161,61	161,61	161,61	161,61	0,47	0,47
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46	47,46	47,46		
<b>Итого стоимость питания в день</b>															
		146,5 руб.	116,32 руб.												
<b>Вт, 29 августа 23</b>															
<b>Завтрак</b>															
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	2,27	1,53	4,49	4,21	15,49	10,35	111,49	85,37	111,49	85,37		
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	269,98	207,45	2,13	1,60
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	110,39	91,99	0,75	0,62
<b>Второй завтрак</b>															
		3,00	3,00	2,59	2,59	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	51,85	51,85	0,72	0,72
		58,78	53,05	60,44	56,57	241,39	206,44	72,65	54,43	491,86	384,81	491,86	384,81	88,42	72,35
		14,22	10,73	16,04	13,80	15,49	10,35	42,85	32,15	269,98	207,45	269,98	207,45	2,88	2,22



698/04	Кефир	100	100	3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	0,72	0,72
<b>Обед</b>													
ТТК-513н	Салат " Свежесть "	50	40	1,13	0,90	2,56	2,05	5,43	4,35	49,27	39,42	37,50	80,41
139/04	Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы	200/15	150/15	10,46	9,31	6,90	6,45	13,16	9,87	156,58	134,78	12,21	30,00
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/50	50/50	4,46	4,46	7,60	7,60	5,61	5,61	108,68	108,68	2,63	2,63
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-268н	Компот "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		
<b>Уплотненный полдник</b>													
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
334/04	Макаронны запеченные с сыром с маслом	145/3	145/3	8,75	8,75	10,12	10,12	36,41	36,41	271,76	271,76	0,09	0,09
	Сок фруктовый с печеньем сахарным в ассортименте	180/15	150/15	3,15	3,00	4,77	4,77	32,58	29,55	185,85	173,13	4,32	3,60
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
				146,5 руб.	116,32 руб.								
<b>Итого стоимость питания в день</b>													
<b>Ср, 31 августа 23</b>													
<b>Завтрак</b>													
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-198н	Какао с молоком полусладкое	200	150	3,39	2,54	2,80	2,10	16,98	12,74	106,66	80,00	1,30	0,98
<b>Второй завтрак</b>													
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
<b>Обед</b>													
62/11	Салат из моркови с сахаром	50	40	0,78	0,62	0,06	0,05	6,64	5,31	30,20	24,16	3,00	2,40
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	150/5	1,91	1,37	4,51	3,01	10,64	7,91	90,78	64,19	22,67	17,01
ТТК-247н	Гречка с говядиной "Батыр"	40/160	25/110	21,74	14,18	9,97	6,48	51,21	35,20	381,55	255,83	1,75	1,20
ТТК-265н	Компот "Плодово-ягодный" из красной смородины	200	150	0,12	0,09	0,04	0,03	15,55	12,41	67,06	50,29	5,13	3,84
	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		
				26,97	18,80	15,46	11,35	54,23	45,15	463,96	358,01	18,87	16,77
<b>Уплотненный полдник</b>													
	Десерт фруктовый Яблоко	125	125	0,50	0,50	0,50	0,50	11,25	11,25	51,50	51,50	12,50	12,50
240/10	Пудинг из творога с яблоками с соусом сметанным Сладстена	150/30	100/30	24,75	16,63	14,73	10,63	27,98	20,17	343,50	242,93	6,27	4,19
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		
				146,5 руб.	116,32 руб.								
<b>Итого стоимость питания в день</b>													
<b>Пт, 01 сентября 23</b>													
<b>Завтрак</b>													
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	2,27	1,53	4,49	4,21	15,49	10,35	111,49	85,37		
311/04	Каша молочная рисовая жидкая с маслом	200/3	150/3	7,29	5,47	6,88	5,71	36,35	27,27	236,49	182,33	2,29	1,72
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	200	150	3,02	2,27	5,22	3,91	15,90	11,93	122,65	91,99	0,83	0,62
<b>Второй завтрак</b>													
698/04	Простокваша	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
<b>Обед</b>													
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
148/04	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	8,05	7,50	7,18	6,67	11,15	8,36	141,47	123,45	2,21	1,84
ТТК-404к	Голубцы с мясом и рисом "Ленивые"	200	150	12,67	9,50	22,42	16,80	16,82	12,59	319,75	239,58	68,32	51,25
707/04	Сок фруктовый разливной	180	150	0,90	0,75			18,18	15,15	76,32	63,60	4,32	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		
	<b>Уплотненный полдник</b>			13,13	12,46	15,20	14,61	61,47	54,47	435,22	399,14	3,49	3,46
340/04	Омлет натуральный	53	53	5,06	5,06	6,39	6,39	0,75	0,75	80,75	80,75	0,19	0,19
510/04	Каша пшеничная вязкая	130	110	4,03	3,41	3,80	3,22	21,10	17,86	134,75	114,02		
686/04	Чай с лимоном с печ. сахарн в ассорт.	200/7/15	150/7/15	2,52	2,47	4,83	4,82	29,68	25,92	172,26	156,91	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		
	<b>Итого стоимость питания в день</b>	146,5 руб.	116,32 руб.	248,87	208,2	219,7	188,09	936,11	764,91	6 717,51	5 584,92	282,4	225,62
	<b>Итого</b>												

	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность, ккал			Витамины, мг		
	Дет. сад	Ясли	Белки	Жиры		Углеводы		Дет. сад	Ясли	С	С	С	С	
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли							Дет. сад
<b>ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:</b>			216,00	168,12	240,04	188,08	1044,00	812,24	7200,04	5584,92	200,80	183,92		
<b>В среднем в день:</b>			54,00	42,03	60,01	47,02	261,00	203,06	1 800,01	1 396,23	50,20	45,98		

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

*Мария*

Г.Н. Мартынова

*А.Р.*

А. Р. Гатина

*Л.Р.*

Л. Р. Заги, дуллина