

"УТВЕРЖДАЮ"
 Генеральный директор
 ООО "Школьное питание"
 Р. И. Мусина



"СОГЛАСОВАНО"
 Ретина Светлана Александровна
 (И.О. Фамилия И.О. Отчество)
 (ФИО руководителя)
 (подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ СЕЛЬСКИХ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ ЗАИНСКОГО РАЙОНА с 02.09.2024г. по 06.09.2024 г.

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г.				Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг
			Белки	Жиры	Углево-ды	С		
	Пн, 02 сентября 24							
	Завтрак							
733/04	Оладьи с маслом	50/3	57,12	57,89	188,21	1 502,41	103,05	
510/04	Каша гречневая вязкая	180	8,82	11,65	56,44	365,88	2,55	
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	3,11	5,27	20,85	143,24		
	Второй завтрак							
698/04	Ацидофилин	150	5,55	6,33	29,80	198,41		
	Обед							
20/10	Салат из свежей капусты	50	0,16	0,05	5,79	24,23	2,55	
148/04	Суп лапша домашняя с мясными фрикадельками "Останкинские"	200/25	4,54	4,05	6,48	80,51	1,30	
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	4,54	4,05	6,48	80,51	1,30	
ТТК-356н	Компот "Плодово-ягодный" ассорти	200	0,97	2,55	5,24	47,83	29,89	
	Полдник							
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	140	0,56	0,56	12,60	57,68	14,00	
337/04	Яйцо вареное	1 шт	21,47	13,93	40,57	373,56	4,88	
ТТК 11н	Картофель "По-деревенски"	130	0,46	0,05	2,98	59,88		
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	1/46,4	3,06	0,51	19,02	92,94		
	Итого стоимость питания в день	152,36 руб.	11,27	16,93	39,65	356,07	62,20	
	Вт, 03 сентября 24							
	Завтрак							
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	74,97	65,37	232,64	1 818,9	37,18	
302/04	Каша молочная пшенная с маслом	200/3	16,23	12,45	71,39	462,63	3,39	
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	3,68	2,24	15,42	96,59	0,04	
	Второй завтрак							
698/04	Простокваша	150	9,50	7,69	40,69	270,04	2,18	
	Обед							
ТТК-66	Салат "Солнышко"	50	3,05	2,52	15,28	96,00	1,17	
110/04	Борщ с капустой и картофелем с мясными фрикадельками "Останкинские"	200/25	4,59	3,96	6,49	79,92	1,27	
	Итого стоимость питания в день		27,23	29,87	89,27	734,89	31,64	
	Среднедневная норма		0,59	5,09	7,13	76,72	3,49	
	Витамины		7,49	7,98	10,49	143,75	23,27	

38к	Котлеты "Крестьянские"	75	11,16	12,44	9,30	193,76	0,56
10/04	Каша пшеничная вязкая	130	4,03	3,80	21,10	134,75	
707/04	Сок фруктовый разливной	180	0,90		18,18	76,32	4,32
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	0,46	0,05	2,98	14,24	
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	2,60	0,51	20,09	95,35	
	Полдник						
358/04	Сырники из творога с соусом молочным сладким		26,92	19,09	65,49	541,46	0,88
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	100/50	21,76	9,45	28,65	286,67	0,78
	Хлеб "Рябинушка"	200/30	4,70	9,59	33,86	240,55	0,10
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	0,46	0,05	2,98	14,24	
	Итого стоимость питания в день	152,36 руб.					
	Ср. 04 сентября 24						
	Завтрак						
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	15,14	19,03	59,68	470,54	3,08
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	3,74	5,91	15,49	130,13	0,04
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	8,68	8,42	29,88	230,02	2,29
	Второй завтрак						
698/04	Ацидофилин	150	2,72	4,70	14,31	110,39	0,75
	Обед						
ТТК-514н	Салат из белокочанной капусты со свеклой	150	4,54	4,05	6,48	80,51	1,30
139/04	Суп картофельный с бобовыми	50	21,23	22,02	72,61	573,65	70,59
ТТК-1026	Биточки рыбные "Морячка"	200	0,98	5,05	3,57	63,69	24,55
520/04	Пюре картофельное	75	4,63	3,24	13,16	100,30	11,46
ТТК-265н	Компот "Плодово-ягодный" из красной смородины	130	9,99	9,18	5,48	144,53	1,38
	Хлеб "Рябинушка"	200	2,45	3,95	10,78	88,48	28,07
	Хлеб "Дарницкий"	1/20	0,12	0,04	16,55	67,06	5,13
	Полдник						
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	135	2,60	0,51	2,98	14,24	
337/04	Яйцо вареное	1 шт	17,24	9,64	62,86	407,22	16,94
741/04	Ватрушка с творогом	75	0,54	5,04	12,15	55,62	13,50
686/04	Чай с лимоном	200/7	5,52	3,95	32,45	207,19	0,14
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	0,27	0,06	15,28	62,73	3,30
	Итого стоимость питания в день	152,36 руб.					
	Чт. 05 сентября 24						
	Завтрак						
3/04	Бутерброд с сыром	76,27	57,95	244,34	1 804,06	52,65	
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	14,94	11,64	67,05	432,78	3,50	
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	30/5	3,68	2,24	15,42	96,59	0,04
	Второй завтрак						
698/04	Простокваша	200/3	8,21	6,88	36,35	240,19	2,29
	Обед						
14/10	Салат из св.помидоров	180	3,05	2,52	15,28	96,00	1,17
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем с мясными фрикадельками "Останкинские"	4,59	3,96	6,49	79,92	1,27	
ТТК-247н	Гречка с говядиной "Батир"	150	4,59	3,96	6,49	79,92	1,27
ТТК-268н	Компот "Плодово-ягодный" из кураги	32,97	21,65	102,41	736,34	47,07	
	Хлеб "Рябинушка"	0,39	3,03	2,65	39,37	6,40	
	Хлеб "Дарницкий"	200/25	7,27	8,01	6,10	125,60	38,77
	Полдник						
ТТК - 865	Пудинг "Творожный" с соусом молочным сладким	40/160	21,74	9,97	51,21	381,55	1,75
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200	0,51	0,08	19,38	80,23	0,15
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	0,46	0,05	2,98	14,24	
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	2,60	0,51	20,09	95,35	
	Итого стоимость питания в день	152,36 руб.					

Пт. 06 сентября 24

			53,8	48,21	233,98	1 585,12	46,79
	Завтрак						
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	16,40	17,62	70,53	506,36	2,97
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	3,74	5,91	15,49	130,13	0,04
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	9,94	7,01	40,73	265,84	2,18
	Второй завтрак						
697/04	Молоко кипяченое	150	2,72	4,70	14,31	110,39	0,75
			4,59	3,96	7,60	84,35	2,06
			4,59	3,96	7,60	84,35	2,06
	Обед						
ТТК-294н	Огурец свежий порциями	50	26,90	24,52	94,36	705,74	22,22
138/04	Суп картофельный с рисовой крупой с мясными фрикадельками "Останкинские"	200/25	2,72	0,05	1,28	16,43	5,10
			7,55	8,28	10,03	144,87	17,12
ТТК-101н	Котлеты "Любимые"	75	8,93	11,85	7,65	172,91	
516/04	Макаронные изделия отварные	130	4,64	3,78	31,67	179,30	
ТТК-268н	Компот "Плодово-ягодный" из изюма	200			20,66	82,64	
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	0,46	0,05	2,98	14,24	
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	2,60	0,51	20,09	95,35	
	Полдник						
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	130	5,91	2,11	61,49	288,67	19,54
687/96	Пирожки печеные с картофелем	75	0,52	0,52	11,70	53,56	13,00
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	4,63	1,53	32,17	161,05	6,45
			0,76	0,06	17,62	74,06	0,09
	Итого стоимость питания в день	152,36 руб.	320,31	284,16	1 100,8	8 242,41	331,58
	Итого						

	Масса порции, г	Пищевые вещества, г.				Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг
		Белки	Жиры	Углеводы	Дет.		
	Дет. сад	270,30	304,15	1305,80	9241,80	251,60	
		54,06	60,83	261,16	1 848,36	50,32	
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:							
В среднем в день:							

Мартынова

Зам. директора по производству и качеству

Г.Н. Мартынова

Нагимова

Экономист по ценам

Р.Х. Нагимова

Загидуллина

Ведущий инженер-технолог по производству

Л.Р. Загидуллина