

Муниципальное бюджетное учреждение
«Центр социального обслуживания населения
г. Зайнска»
Адрес: 450000, Республика Татарстан, г. Зайнска,
ул. Мухоморова, д. 10
Тел: 8(843) 222-11-11
E-mail: info@zainsk.ru

№ п/п	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевая ценность, г.								Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг	
		Дет. сад	Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	
Пн, 03 августа 26															
Завтрак															
1104	Бутерброд с маслом			9,24	6,75	11,23	9,80	47,68	34,50	183,74	1 773,5	1 476,44	39,8	30,2	
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (кудран) с маслом	300,5	230,5	2,45	1,95	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	95,71	3,92	2,84		
134/04	Чай "Витаминный" полулитраый	200,3	150,3	5,63	4,88	6,66	5,54	26,90	19,68	192,50	146,34	1,37	1,03		
ТТК-253а	Чай "Витаминный" полулитраый	200	150	0,16	0,12	0,06	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17	2,56	1,91		
Второй завтрак															
087/04	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-62	Салат из отварной свеклы	50	40	38,16	36,25	34,05	28,09	93,82	68,78	833,58	666,69	33,76	25,33		
134/04	Суп картофельный с курицей со сметаной	200,5	150,5	0,87	0,70	7,61	6,09	5,13	4,10	82,47	73,96	5,93	4,86		
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	500/150		1,90	1,48	7,51	5,94	7,57	5,74	105,48	82,42	24,50	18,38		
ТТК-257Н	Плов "Золотой петушок"	150	150	33,27	18,71	18,84	51,73	34,62	508,39	3,40	405,33	2,27	2,27		
Успокоительный воляник															
ТТК-437	Чай полулитраый с маслом	1 шт	1 шт	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	78,52	59,94	0,03	0,02		
ТТК-614	Булочка дражмная	30	30	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	0,75	0,56		
Витаминный воляник															
337/04	Яблоо варенье	1 шт	1 шт	18,46	16,81	15,42	14,35	65,55	75,39	554,96	486,00	67,44	67,44		
ТТК-181'а	Максисон створные	130	110	4,59	3,86	4,29	3,83	31,98	26,70	193,26	155,06	0,75	0,56		
ТТК-437	Чай полулитраый с маслом	200	190	1,55	1,24	1,30	0,96	7,45	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56		
ТТК-614	Булочка дражмная	30	30	2,16	2,16	4,10	4,10	16,49	16,48	119,46	119,46	47,32	47,32		
Витаминный воляник															
ТТК-437	Чай полулитраый с маслом	1 шт	1 шт	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	0,75	0,56		
ТТК-614	Булочка дражмная	30	30	2,16	2,16	4,10	4,10	16,49	16,48	119,46	119,46	47,32	47,32		
Витаминный воляник															
ТТК-437	Чай полулитраый с маслом	1 шт	1 шт	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	0,75	0,56		
ТТК-614	Булочка дражмная	30	30	2,16	2,16	4,10	4,10	16,49	16,48	119,46	119,46	47,32	47,32		
Витаминный воляник															
ТТК-437	Чай полулитраый с маслом	1 шт	1 шт	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	0,75	0,56		
ТТК-614	Булочка дражмная	30	30	2,16	2,16	4,10	4,10	16,49	16,48	119,46	119,46	47,32	47,32		
Витаминный воляник															
ТТК-437	Чай полулитраый с маслом	1 шт	1 шт	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	0,75	0,56		
ТТК-614	Булочка дражмная	30	30	2,16	2,16	4,10	4,10	16,49	16,48						

30/4	Бульбод, с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	3,88	1,85	5,90	4,22	19,37	10,27	130,13	85,70	0,04	
30/20/4	Каша молочная речная с маслом	20/2/3	150/3	7,32	5,51	5,21	4,46	38,70	29,80	235,01	181,33	1,28	0,98
ТТК-34/3н	Кофейный напиток полуслизкий	180	150	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62
69/8/0/4	Второй завтрак			3,09	3,09	6,18	6,18	4,22	4,22	84,87	84,87	0,31	0,31
	Резанка	100	100	3,09	3,09	6,18	6,18	4,22	4,22	84,87	84,87	0,31	0,31
62/111	Обед			23,28	16,48	23,27	16,65	59,17	72,99	675,13	507,76	56,92	49,61
110/20/0/4	Салат из моркови с сахаром	50	40	0,78	0,62	0,05	0,25	6,84	5,31	30,21	24,17	3,03	2,40
ТТК-49/4н	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	2,92	2,25	7,26	5,76	11,58	8,79	123,36	95,83	22,67	17,01
ТТК-49/4н	Паштет рыбос-орупление из минтая	2/40		15,75	7,84			15,74		178,51		1,73	
ТТК-48/4н	Паштет рыбос-орупление из минтая с соусом (заправка гор)		140/10		6,05		3,97		9,61		99,21		2,34
520/0/4	Пюре картофельное	130	110	3,74	3,17	7,34	6,21	11,78	9,97	128,17	108,46	28,07	23,75
ТТК-25/4н	Напиток "Плодово-ягодный" из урюка	200	150	0,51	0,36	0,08	0,08	19,38	14,53	80,23	60,17	0,15	0,11
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,64	2,39	0,49	0,40	18,29	14,96	89,33	72,61		
	Хлеб белый	120	120	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
ТТК-49/4н	Уплотненный полдник			10,08	9,30	11,76	11,05	81,22	74,89	470,96	436,15	18,32	17,80
ТТК-187/а	Десерт фруктовое Яблоко	140	140	0,56	0,56	0,56	0,56	12,80	12,80	57,68	57,68	14,00	14,00
	Каша гречневая вязкая	130	110	3,98	3,37	4,64	3,93	21,48	18,18	143,80	121,51		
	Соус фруктовый с печеньем сахарным в ассортименте	180/20	150/20	3,90	3,75	6,36	6,36	37,38	34,35	222,36	209,64	4,32	3,80
	Хлеб белый	120	120	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
Итого стоимость питания в день				103,36	89,8	67,12	59,29	203,34	166,58	1 830,91	1 536,97	104,51	93,01
Ср. 05 августа 26				10,75	8,13	12,18	10,71	69,48	53,61	430,41	343,33	2,64	2,11
2/0/4	Завтрак			2,45	1,85	4,52	4,22	21,23	16,13	135,44	109,14	0,10	0,10
311/0/4	Бульбод с помидором	30/10/5	20/10/5	5,25	3,94	5,12	4,39	32,97	24,74	198,97	154,10	1,37	1,03
ТТК-19/4н	Каша молочная рисовая жидкая с маслом	20/2/3	150/3	3,05	2,64	2,62	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
	Каша с маслом полуслизкая	180	150	3,08	3,08	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
69/70/4	Второй завтрак			3,08	3,08	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
	Молоко кипяченое	100	100	56,08	54,28	36,11	34,94	55,77	45,17	799,33	712,17	39,52	26,65
14/10	Обед			0,39	0,31	4,56	3,65	2,65	2,12	53,17	42,54	6,40	5,12
148/0/4	Салат из овощей помидоров	50	40	21,59	22,34	21,31	20,48	8,99	8,15	317,68	306,26	2,23	1,62
	Суп лапша домашняя с мясными фрикадельками	200/25	150/25	31,47	30,00	13,03		17,61		314,43		30,69	
ТТК-33/4н	Остатки	50/150											
Приказ № 306 от	Рагу из мякоти птицы		50/100										
ТТК-5/3/3	Рагу из мякоти птицы	200	150	0,01	0,01	0,01	10,61	12,84		266,03		21,56	
	Напиток "Плодово-ягодный" ассорти	120	120	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	0,20	0,15
	Хлеб белый			33,47	24,33	13,21	11,00	73,03	62,74	544,94	447,24	60,88	60,88
ТТК-49/4н	Уплотненный полдник			0,70	0,70	0,70	0,70	16,10	16,10	73,50	73,50	14,03	14,03
ТТК - 34/1н	Десерт фруктовое Яблоко	140	140	27,71	19,17	12,37	10,26	27,92	22,33	333,86	259,29	0,88	0,80
ТТК - 34/1н	Творожник "Забай" с соусом сметанным "Сладостя"	150/15	100/30	0,20	0,15	0,25	0,04	5,06	3,79	21,50	16,12	0,10	0,06
ТТК-47/5	Чай полуслизкий	200	150	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Хлеб белый	120	120	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,96	89,33	72,61		
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25										
Итого стоимость питания в день				71,07	59,7	72,85	61,57	225,28	185,02	1 845,08	1 532,86	49,26	38,2
Чт. 06 августа 26				11,28	8,61	10,72	8,90	62,58	46,87	391,95	301,55	2,12	1,63
3/0/4	Завтрак			2,40	1,60	0,90	0,60	15,30	10,20	79,90	52,60		
311/0/4	Бульбод, с сыром	30/5	20/5	5,17	4,64	5,12	4,39	32,97	24,74	202,66	158,96	1,37	1,03
ТТК-34/3н	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	20/2/3	150/3	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62
	Кофейный напиток полуслизкий	180	150	3,08	3,08	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
69/8/0/4	Второй завтрак			3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
	Простомаша	100	100	42,74	34,62	42,68	33,81	93,28	74,73	928,28	742,54	42,81	33,25
20/20/10	Обед			1,07	0,85	3,63	3,06	5,25	4,20	59,73	47,78	29,89	23,91
139/0/4	Салат из белокочанной капусты	50	40	20,37	19,02	18,31	17,48	15,66	11,74	308,93	290,36	11,48	8,61
ТТК-89/2	Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы	200/15	150/15	13,80	8,33	16,22	8,80	4,23	2,12	217,34	128,18	1,41	0,71
ТТК-89/2	Мясо "Нежное" в соусе	40/50	25/25	2,64	2,24	3,61	3,06	20,66	17,48	125,60	106,35		
510/0/4	Каша геркулесовая вязкая	130	110	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
ТТК-257/н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	150	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Хлеб белый	120	120	2,84	2,39	0,49	0,40	18,29	14,96	89,33	72,61		
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	13,96	13,31	16,81	16,22	66,03	59,09	471,59	435,51	3,49	3,46
340/0/4	Уплотненный полдник			5,06	5,06	6,39	6,39	0,75	0,75	80,75	80,75	0,19	0,19
510/0/4	Омлет натуральны	130	110	4,03	3,41	3,22	2,10	17,68	134,75	114,02			
696/0/4	Каша пшеничная вязкая	200/720	150/720	3,27	3,22	6,42	6,41	34,48	30,72	208,77	183,42	3,30	3,27
	Чай с лимоном с печеньем сахарным в ассортименте	120	120	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Хлеб белый												
Итого стоимость питания в день				177,47 руб.	140,91 руб.								

