

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р.И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

Заведующий МБДОУ "Детский сад "Березка"

(ИДЛОУ)

М.А. Фердинандова

(Ф.И.О. Заведующей)

(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСКА с 04.05.2026г. по 08.05.2026 г.

№ 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, 04 мая 26													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	10,88	7,82	8,86	7,12	49,26	35,67	1554,47	1349,97	45,08	37,71
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	2,40	1,60	0,90	0,60	15,30	10,20	319,55	238,05	2,12	1,59
ТТК-437	Чай полусливочный с молоком	200	150	6,63	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,50	149,34	1,37	1,03
Второй завтрак													
697/04	Молоко кипяченое	100	100	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56
ТТК-357н	Салат "Капуста квашеная" (б/лука)	50	40	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
148/04	Суп-паша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	18,11	16,82	21,16	19,42	67,68	56,31	533,56	467,34	41,04	34,26
10 Пр.№321 от 07	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	50/30	0,90	0,72	2,78	2,22	4,27	3,42	45,66	36,53	15,00	12,00
520/04	Пюре картофельное	130	110	8,00	7,46	7,18	6,66	10,85	8,14	140,01	122,36	1,93	1,63
ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	150	4,23	4,23	6,72	6,72	4,20	4,20	94,18	94,18	1,57	1,57
337/04	Яйцо вареное	1/20	1/20	2,86	2,42	4,26	3,60	19,17	16,22	126,47	107,01	22,51	19,04
510/04	Каша гречневая вязкая	200	150	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
ТТК-253ж	Чай "Витаминный" полусливочный	75	75	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	0,55	0,49
ТТК-458	Ватрушка с повидлом	1/20	1/20	19,32	17,95	12,42	11,67	114,02	102,89	645,13	588,35	67,44	67,44
Уплотненный полдник													
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	5,52	5,52	5,04	5,04	21,54	18,23	139,36	117,92	0,25	0,19
161/04	Суп молочный с рисом	200	150	4,03	3,41	4,12	3,49	17,55	13,16	74,47	55,85	0,30	0,30
ТТК-188н	Какао с молоком полусливочное	180	150	0,78	0,58	0,13	0,10	4,68	4,68	227,21	227,21	0,30	0,30
698/04	Простокваша	100	100	4,43	4,43	2,44	2,44	9,76	9,76	47,32	47,32	0,30	0,30
ТТК-359н	Винегрет из овощей (без лука)	50	40	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	0,30	0,30
124/04	Щи из св.кап с карт.с мясн.фриж.Остатки со сметаной	200/25/10	150/25/5	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61	63,60	4,80
ТТК-101н	Котлеты "Любимые"	75	50	80,37	64,07	65,08	53,43	214,54	178,69	1765,19	1451,87	76,2	61,31
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	10,69	7,01	12,20	9,16	46,39	34,81	338,12	249,70	2,51	1,96
707/04	Сок фруктовый разливной	200	150	3,68	1,65	5,90	4,22	15,37	10,27	130,13	85,70	0,04	0,04
Второй завтрак													
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	3,76	2,82	3,78	2,84	15,74	11,80	111,99	84,00	1,30	0,98
161/04	Суп молочный с рисом	200	150	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
ТТК-188н	Какао с молоком полусливочное	180	150	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
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
ТТК-359н	Винегрет из овощей (без лука)	50	40	38,19	33,42	30,28	25,09	101,03	83,80	829,30	694,72	51,91	39,58
124/04	Щи из св.кап с карт.с мясн.фриж.Остатки со сметаной	200/25/10	150/25/5	1,08	0,86	3,90	3,12	4,27	3,41	56,47	45,17	10,00	8,00
ТТК-101н	Котлеты "Любимые"	75	50	7,92	7,38	9,52	8,36	8,44	6,34	151,13	130,15	37,11	27,98
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	8,93	7,98	11,85	9,36	7,65	6,84	172,91	143,50	192,37	143,50
707/04	Сок фруктовый разливной	200	150	14,70	12,44	4,32	3,65	32,42	27,44	227,34	192,37	4,80	3,60
Итого стоимость питания в день		177,47 руб. 140,91 руб.											
Вт, 05 мая 26													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	10,69	7,01	12,20	9,16	46,39	34,81	338,12	249,70	2,51	1,96
161/04	Суп молочный с рисом	200	150	3,76	2,82	3,78	2,84	15,74	11,80	111,99	84,00	1,30	0,98
ТТК-188н	Какао с молоком полусливочное	180	150	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
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
ТТК-359н	Винегрет из овощей (без лука)	50	40	38,19	33,42	30,28	25,09	101,03	83,80	829,30	694,72	51,91	39,58
124/04	Щи из св.кап с карт.с мясн.фриж.Остатки со сметаной	200/25/10	150/25/5	1,08	0,86	3,90	3,12	4,27	3,41	56,47	45,17	10,00	8,00
ТТК-101н	Котлеты "Любимые"	75	50	7,92	7,38	9,52	8,36	8,44	6,34	151,13	130,15	37,11	27,98
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	8,93	7,98	11,85	9,36	7,65	6,84	172,91	143,50	192,37	143,50
707/04	Сок фруктовый разливной	200	150	14,70	12,44	4,32	3,65	32,42	27,44	227,34	192,37	4,80	3,60

	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,96	89,33	72,61		
	Уплотненный полдник												
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	145	145	28,43	20,58	19,96	16,54	62,79	55,75	544,49	454,17	20,94	18,93
40/10, соус 351/1	Пудинг из творога с яблоками с соусом молочным сладким	150/15	100/30	0,58	0,58	0,58	0,58	13,05	13,05	59,74	59,74	14,50	14,50
ТТК-475	Чай полусладкий с пемесом сахарным	200/20	100/20	24,85	16,85	12,97	9,56	25,48	19,71	317,22	232,27	6,34	4,36
	Хлеб белый	1/20	1/20	3,20	3,15	6,41	6,40	24,26	22,99	167,53	162,16	0,10	0,07
	Итого стоимость питания в день	177,47 руб.	140,91 руб.										
	Ср, 06 мая 26												
	Завтрак												
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	11,09	8,34	7,66	6,36	62,21	46,56	362,17	276,73	2,12	1,65
311/04	Каша молочная манная (жирная) с маслом	200/3	150/3	6,17	4,64	5,12	4,39	32,97	24,74	202,66	156,96	1,37	1,03
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												
78/04	Икра икорная	50	40	26,20	19,53	23,10	17,93	79,41	61,16	630,38	484,20	63,30	46,75
110/2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	1,04	0,83	3,81	3,05	5,84	4,67	61,88	49,50	5,89	4,71
ТТК - 394к	Запеканка картофельная с мясом птицы с маслом	180/3	130/3	1,83	1,40	3,80	3,04	11,63	8,45	88,03	66,76	21,85	16,36
ТТК-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из клюва	200	150	21,71	15,68	15,29	11,64	31,52	22,78	350,51	258,64	35,56	25,68
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Уплотненный полдник												
ТТК-2н	Зеленый горошек порция	15	10	13,22	12,28	9,63	9,50	67,32	61,65	408,85	381,27	2,64	1,88
208/10	Макаронны запеченные с яйцом с маслом	150/3	150/3	1,02	0,68	0,08	0,05	2,91	1,94	16,44	10,96	2,22	1,48
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	7,44	7,44	8,81	8,81	31,30	31,30	234,26	234,26	0,32	0,32
	Хлеб белый	1/20	1/20	0,20	0,15	0,05	0,04	5,06	3,79	21,50	16,12	0,10	0,08
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
	Итого стоимость питания в день	177,47 руб.	140,91 руб.										
	Чт, 07 мая 26												
	Завтрак												
2/04	Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	13,48	10,19	12,37	10,86	74,02	57,01	461,46	366,62	2,58	2,06
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	2,45	1,65	4,52	4,22	21,23	16,13	136,44	109,14	0,10	0,10
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	7,99	6,00	5,33	4,54	37,51	28,14	230,02	177,48	1,31	0,98
	Второй завтрак												
698/04	Ацидофиллин	100	100	3,02	3,02	2,70	2,70	4,32	4,32	53,68	53,68	0,86	0,86
	Обед												
ТТК-996	Салат "Бобовое зёрнышко"	50	40	17,62	15,53	25,00	22,92	95,26	79,22	676,54	585,32	22,41	17,75
132/2004	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	150/5	1,21	0,97	2,58	2,06	5,31	4,25	49,28	39,42	6,44	5,15
ТТК-652	Оризаделья "Особые" с соусом томатным	50/30	50/30	2,54	1,94	3,95	3,15	13,99	10,54	101,69	78,27	13,48	10,12
510/04	Каша пшеничная вязкая	130	110	5,13	5,13	13,42	13,42	7,41	7,41	170,93	170,93	2,46	2,46

ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200		150		0,50		0,37		0,02		19,43		14,57		79,92		56,94		0,03		0,02	
		1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	47,32	47,32	72,61	72,61	70,13	69,84	
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61	554,65	432,60	66,00	66,00	0,83	0,57	3,30	3,27				
	Уплотненный полдник																						
ТТК-495н	Десерт фруктовый Альпесин	110	110	0,99	0,99	14,16	11,15	75,32	60,91	9,24	9,24	40,92	40,92	296,98	296,98	0,83	0,57	3,30	3,27				
ТТК-341к	Запеканка "Сладкоземка" с соусом сметанным "Сластена"	150/15	100/30	28,59	19,32	13,90	10,90	41,04	30,39	403,68	403,68	62,73	47,38	47,38	47,38								
686/04	Чай с лимонном	200/7	150/7	0,27	0,22	0,06	0,05	15,28	11,52	62,73	47,38	47,38	47,38	47,38	47,38								
	Хлеб Белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	47,32	47,32	47,32	47,32								
	Итого стоимость питания в день	177,47 руб.	140,91 руб.	66,96	49,55	38,83	32,33	227,85	187,77	1 528,71	1 240,2	38,7	30,66										
	Пт, 08 мая 26																						
	Завтрак																						
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	3,83	3,03	2,28	1,98	15,30	10,20	97,03	70,73	0,04	0,04										
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	7,32	5,51	5,21	4,46	39,70	29,80	235,01	181,33	1,28	0,96										
ТТК-343н	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										
	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																						
13/2010	Салат из свежих огурцов	50	40	2,47	1,98	5,04	4,03	1,16	0,93	59,91	47,92	4,64	3,71										
133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	2,05	1,54	2,13	1,59	15,98	11,98	91,23	68,42	19,28	14,46										
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	25/25	23,62	11,81	4,59	2,30	3,68	1,84	150,56	75,30	1,20	0,80										
ТТК-187а	Каша гречневая вязкая	130	110	3,98	3,37	4,64	3,93	21,48	18,18	143,60	121,51	0,15	0,11										
ТТК-258к	Напиток "Плодово-ягодный" из урюка	200	150	0,51	0,38	0,08	0,06	19,38	14,53	80,23	60,17	0,15	0,11										
	Хлеб Белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	47,32	47,32										
	Уплотненный полдник																						
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	15,78	14,98	7,32	7,23	82,04	73,56	457,20	419,28	9,99	8,79										
687/96	Пирожки печеные с картошкой	75	75	4,70	4,70	1,59	1,59	33,79	33,79	168,31	168,31	5,19	5,19										
707/04	Сок фруктовый разливной	200	150	1,00	0,75			20,20	15,15	84,80	63,60	4,80	3,60										
	Хлеб Белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	47,32	47,32										
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61												
	Итого стоимость питания в день	177,47 руб.	140,91 руб.	317,67	253,37	246,25	210,67	1 141,3	942,28	8 052,33	6 678,69	325,39	271,84										
	Итого																						

Итого за неделю: В среднем в день:	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	С	С
	49,53	38,67	193,35	271,25	210,65	1176,4	917,30	8052,35	6303,70	225,40	201,85	45,08	40,37		

Зам. Ген. директора по производству и качеству
Экономист по ценам
Ведущий инженер-технолог по производству

Г. Н. Овзуллина
А. Р. Галина
Л. Р. Загидуллина