

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р. И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"
МБОУ о/с "Альбертка"

(№ ДОУ)

(ФИО руководителя)

(подпись)



ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 07.10.2024г. по 11.10.2024г.

№ 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.	Ясли	С	
		Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли						
Пн, 07 октября 24																			
Завтрак																			
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	54,34	48,4	47,98	43,36	9,86	237,48	201,08	1599,11	1388,19	65,82	54,01					
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	14,20	10,82	12,04	9,86	52,64	38,21	375,71	284,83	3,08	2,32						
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	3,87	3,07	2,32	2,02	15,30	10,20	97,54	71,24	0,04	0,04						
Второй завтрак																			
697/04	Молоко кипяченое	100	100	8,68	6,51	8,42	6,86	29,88	22,42	230,02	177,48	2,29	1,72						
Обед																			
43/04	Салат из свежей капусты	50	40	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56						
148/04	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37						
0 Пр.№321 от 07.10.2024	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	50/30	17,78	16,58	20,95	19,25	65,69	54,86	522,45	459,09	60,98	49,95						
520/04	Пюре картофельное	130	110	0,95	0,76	2,55	2,04	5,16	4,13	47,41	37,93	29,84	23,87						
ТТК-265н	Компот "Плодово-ягодный" из красной смородины	200	150	8,00	7,46	7,18	6,66	10,85	8,14	140,01	122,36	1,93	1,63						
	Хлеб белый	1/20	1/20	4,23	4,23	6,72	6,72	4,20	4,20	94,18	94,18	1,57	1,57						
Уплотненный полдник																			
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	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	130	110	0,12	0,09	0,04	0,03	16,55	12,41	67,06	50,29	5,13	3,84						
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32								
ТТК-458	Ватрушка с повидлом	75	75	19,30	17,94	12,35	11,61	114,09	102,95	644,72	588,04	0,39	0,37						
	Хлеб белый	1/20	1/20	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44								
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	4,03	3,41	4,12	3,49	21,54	18,23	139,36	117,92								
Итого стоимость питания в день																			
		152,36 руб.	120,97 руб.	80,91	65,17	62,1	50,14	224,34	192,33	1779,81	1481,12	64,15	49,49						
Вт, 08 октября 24																			
Завтрак																			
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	8,33	8,48	11,34	10,58	31,09	34,81	259,73	268,34	2,51	2,00						
161/04	Суп молочный с рисом	200	150	1,52	3,12	5,04	5,64	0,07	10,27	51,74	104,34	0,04	0,04						
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,76	2,82	3,78	2,84	15,74	11,80	111,99	84,00	1,30	0,98						
Второй завтрак																			
698/04	Простокваша	100	100	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98						
Обед																			
52/11	Салат из свежых отварной	50	40	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84						
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/5	35,21	27,38	29,73	20,81	103,39	83,64	821,89	631,32	48,13	36,16						
ТТК-739к	Котлеты "Татарские"	75	50	0,91	0,73	3,06	2,45	5,33	4,27	52,49	41,99	6,06	4,85						
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	1,95	1,39	4,57	3,05	8,09	5,96	81,28	56,88	36,71	27,34						

11

707/04	Сок фруктовый разливной	200	150	1,00	0,75	0,20	0,20	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		
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
	Уплотненный полдник												
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	120	100	34,31	26,25	18,39	16,11	85,53	69,55	644,91	528,18	12,67	10,49
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	200/18	150/18	2,90	2,85	5,77	5,76	22,34	21,07	152,93	147,56	0,10	0,07
	Хлеб белый	1/20	1/20										
	Итого стоимость питания в день	152,36 руб.	120,97 руб.	64,73	47,46	54,05	41,46	213,13	173,16	1 597,85	1 255,48	69,75	51,36
	Ср, 09 октября 24			14,60	11,34	10,84	9,10	65,59	49,09	418,34	323,52	3,08	2,38
	Завтрак												
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	3,87	3,07	2,32	2,02	15,30	10,20	97,54	71,24	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												
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	2,58	2,07	3,05	2,44	1,21	0,97	42,58	34,07	4,85	3,88
110/2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/25/10	150/5	7,90	1,37	9,50	3,04	11,95	8,29	164,89	65,96	22,25	
110/2004	Борщ с капустой и картофелем с мясными фрикадельками												
ТТК - 394	"Останкинские" со сметаной	180/5	130/5	21,73	15,70	16,74	13,09	31,55	22,81	363,75	271,88	35,56	25,68
ТТК-268н	Запеканка картофельная с мясом птицы с маслом	200	150					20,66	15,50	82,64	61,98		
	Компот "Фруктово-ягодный" из изюма	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	2,64	1,88
	Хлеб белый			13,24	12,30	11,08	10,95	67,35	61,68	422,10	394,52	2,22	1,48
	Уплотненный полдник												
ТТК-2н	Зеленый горошек порциями	15	10	1,02	0,68	0,08	0,05	2,91	1,94	16,44	10,96	0,32	0,32
208/10	Макаронные 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	0,10	0,08
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 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	14,86	89,33	72,61		
	Итого стоимость питания в день	152,36 руб.	120,97 руб.	62,52	48,92	52,97	46,05	240,05	196,44	1 687,12	1 395,94	45,19	38,62
	Чт, 10 октября 24			15,44	11,65	14,05	12,12	77,24	59,43	497,28	393,48	3,45	2,72
	Завтрак												
2/04	Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	2,45	1,65	4,52	4,22	21,23	16,13	135,44	109,14	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												
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												
62/11	Салат из моркови с сахаром	50	40	0,62	0,50	0,05	0,04	5,81	4,65	26,16	20,92	2,40	1,92
132/2004	Рассольник пеннинградский со сметаной	200/5	150/5	2,51	1,92	3,95	3,15	14,50	10,92	103,60	79,70	13,35	10,01
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/30	50/30	5,13	5,13	13,42	13,42	7,41	7,41	170,93	170,93	2,46	2,46
510/04	Каша пшеничная вязкая	130	110	3,68	3,11	4,34	3,67	21,07	17,83	138,07	116,83	0,03	0,02
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	47,32		
	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	14,86	89,33	72,61		
	Уплотненный полдник												
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	130	130	27,06	19,21	13,75	10,33	62,22	52,69	460,83	380,53	22,64	20,63
40/10, соус 351/10	Пудинг из творога с яблоками с соусом молочным сладким	150/15	100/30	0,52	0,52	0,52	0,52	11,70	11,70	53,56	53,56	13,00	13,00
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 белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Итого стоимость питания в день	152,36 руб.	120,97 руб.	62,52	48,92	52,97	46,05	240,05	196,44	1 687,12	1 395,94	45,19	38,62

Пт, 11 октября 24													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с маслом с сыром			72,9	56,18	56	50,11	257,69	212,97	1 826,51	1 527,7	66,87	58,12
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	30/5/5	20/5/5	15,67	12,15	14,43	12,69	72,16	54,04	481,23	378,98	2,92	2,26
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	200/3	150/3	3,92	3,12	5,94	5,64	15,37	10,27	130,64	104,34	0,04	0,04
697/04	Молоко кипяченое	180	150	9,23	6,93	6,85	5,68	42,85	32,15	269,98	207,45	2,13	1,60
15/2010	Салат из св помидоров и огурцов (ДОУ)	100	100	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62
133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	50	40	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	200/25	150/25	36,91	23,61	16,25	12,19	91,07	72,95	658,21	495,99	30,74	23,05
516/04	Макаронные изделия отварные	130	110	1,16	0,93	3,03	2,42	1,94	1,55	39,67	31,73	5,72	4,58
ТТК-271н	Компот "Флодово-ягодный" из свежих яблок	200	150	5,69	5,18	4,47	3,93	15,98	11,98	126,85	104,04	19,28	14,46
337/04	Хлеб белый	1/20	1/20	23,62	11,81	4,59	2,30	3,68	1,84	150,56	75,30	1,20	0,60
261/2004	Уплотненный полдник	1 шт	1 шт	4,64	3,93	3,78	3,20	31,67	26,79	179,30	151,72		
707/04	Яйцо вареное	150/5	150/5	0,18	0,14	0,18	0,14	28,04	21,03	114,51	85,88	4,54	3,41
	Картофельное пюре запеченное с маслом	200/18	150/18	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Сок фруктовый с печеньем сахарным в ассортименте	1/20	1/20	17,26	17,36	22,68	22,59	89,40	80,92	630,84	596,52	31,84	31,44
	Хлеб белый	44,6	36,25	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
	Хлеб "Дарницкий"	152,36 руб.	120,97 руб.	335,4	286,13	273,1	231,12	1 172,7	975,98	8 490,4	7 048,43	311,78	251,6
Итого													

	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг	
		Белки		Жиры		Углеводы		Дет. сад	Ясли	С	С
		Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли				
		Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:		270,4	211,2	301,3	236,1	1307,3	1016,0	9049,4	7046,7	251,8	226,6
В среднем в день:		54,08	42,23	60,26	47,22	261,45	203,20	1 809,87	1 409,33	50,36	45,32

Зам. Ген. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

Мартынова
Г.Н. Мартынова

Гатина
А.Р. Гатина

Закидуллина
П.Р. Закидуллина