

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р.И. Мусина

2024

"СОГЛАСОВАНО"

(№Доку)

(ФИО руководителя)

(подпись)



ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСК С 10.06.2024г. по 16.06.2024 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	С	Ясли													
Пн, 10 июня 24																									
Завтрак																									
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	11,95	9,14	9,92	8,26	50,97	36,97	340,96	258,77	5,19	3,90												
ТТК-360н	Каша молочная мультыгизлаковая (вязкая) с маслом	200/3	150/3	3,87	3,07	2,32	2,02	15,30	10,20	97,54	71,24	0,04	0,04												
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	7,92	5,95	7,55	6,21	29,88	22,42	219,19	169,36	2,60	1,95												
Второй завтрак																									
697/04	Молоко кипяченое	100	100	0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17	2,55	1,91												
Обед																									
ТТК-1025	Салат "Радужный"	50	40	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37												
134/04	Суп крестьянский с крупной со сметаной	200/5	150/5	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37												
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	35,35	32,64	20,01	16,82	101,64	76,93	727,99	589,66	27,78	20,84												
ТТК-257н	Напиток "Глодово-ягодный" из сухофруктов	200	150	1,30	1,04	2,60	2,08	5,71	4,57	51,39	41,11	5,09	4,07												
Хлеб "Дарницкий"																									
Уплотненный полдник																									
337/04	Рйцо вареное	1 шт	1 шт	8,77	8,75	11,57	10,12	36,44	36,41	285,01	271,76	0,09	0,09												
334/04	Макароны запеченные с сыром с маслом	145/5	145/3	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56												
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	3,90	3,90	3,80	3,80	27,96	27,96	161,61	161,61	0,47	0,47												
733/04	Оладьи с повидлом	50/10	50/10	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32														
Хлеб белый																									
Итого стоимость питания в день		152,36 руб.		120,97 руб.		49,65		37,5		47,95		38,41		238,27		195,01		1 583,22		1 275,71		69,67		56,53	
Вт, 11 июня 24																									
Завтрак																									
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	14,40	10,85	16,07	13,82	72,53	54,35	492,37	385,15	2,88	2,22												
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71														
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	9,23	6,93	6,85	5,68	42,85	32,15	269,98	207,45	2,13	1,60												
Второй завтрак																									
698/04	Кефир	100	100	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62												
Обед																									
ТТК-528н	Салат "Сельский"	50	40	3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	0,72	0,72												
110/2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	150/5	3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	0,72	0,72												
ТТК-1026	Биточки рыбные "Морычка"	75	50	22,56	14,77	18,81	12,19	84,94	67,10	599,24	437,23	50,75	39,99												
520/04	Пюре картофельное	130	110	1,28	1,02	7,05	5,64	4,12	3,30	85,08	68,06	7,39	5,91												
ТТК-258к	Напиток "Глодово-ягодный" из урюка	200	150	1,92	1,37	4,55	3,04	11,58	8,29	94,93	65,96	21,61	16,17												
Итого стоимость питания в день																									
		49,65		37,5		47,95		38,41		238,27		195,01		1 583,22		1 275,71		69,67		56,53					

	Хлеб белый	20	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			9,69	8,88	10,48	9,81	76,66	69,42	439,76	401,48	15,32
ТТК-495Н	Десерт фруктовый Яблоко	110	100	0,44	0,40	0,44	0,40	9,90	9,00	45,32	41,20	11,00
510/04	Каша гречневая вязкая	130	110	4,03	3,41	4,12	3,49	21,54	18,23	139,36	117,92	21,44
707/04	Сок фруктовый с печеньем сахарным в ассортименте	180/18	150/18	3,60	3,45	5,72	5,72	35,46	32,43	207,76	195,04	12,72
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	3,60
	Итого стоимость питания в день	152,36 руб.	120,97 руб.									
	Чт, 13 июня 24											
	Завтрак											
2/04	Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	15,00	11,32	14,73	12,63	77,20	59,40	501,48	396,63	3,45
302/04	Каша молочная пшенная с маслом	200/3	150/3	2,45	1,65	4,52	4,22	21,23	16,13	135,44	109,14	0,10
ТТК-198Н	Какао с молоком полусладкое	180	150	9,50	7,13	7,69	6,31	40,69	30,53	270,04	207,49	2,18
697/04	Молоко кипяченое	100	100	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17
	Обед											
52/11	Салат из свежлы отварной	50	40	38,61	27,79	18,71	15,83	71,26	58,02	607,83	485,69	154,14
148/04	Суп лапша домашняя с мясными фрикадельками "Останкинские"	200/25	150/25	0,91	0,73	3,06	2,45	5,33	4,27	52,49	41,99	6,06
ТТК - 416к	Калуца тушенная с мякотью птицы	50/150	30/120	26,56	16,62	6,75	5,02	13,84	11,00	222,34	155,70	145,17
ТТК-272Н	Кисель из концентрата полусладкий	200	150	0,10	0,07			21,48	16,11	86,30	64,73	0,96
	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 Апельсин	110	100	34,10	23,35	15,92	10,26	65,42	48,95	541,38	381,52	11,83
ТТК-1019	Сырники "Домашние" из творога с соусом сметанным "Сластёна"	150/50	100/30	0,99	0,90			9,24	8,40	40,92	37,20	66,00
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	31,84	21,18	15,23	9,62	40,70	26,40	427,24	276,88	0,73
	Хлеб белый	1/20	1/20	0,20	0,15	0,05	0,04	5,06	3,79	21,50	16,12	0,10
	Итого стоимость питания в день	152,36 руб.	120,97 руб.									
	Пт, 14 июня 24											
	Завтрак											
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	53,46	43,81	66,15	54,17	210,04	172,39	1 649,34	1 352,28	79,01
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	14,80	11,51	13,90	11,64	65,96	49,40	448,12	348,34	3,08
ТТК-343Н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	3,87	3,07	2,32	2,02	15,30	10,20	97,54	71,24	0,04
698/04	Простокваша	100	100	8,21	6,17	6,88	5,71	36,35	27,27	240,19	185,11	2,29
	Обед											
14/10	Салат из свежих помидоров	50	40	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/5	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84
ТТК-650	Котлеты "Челнинские"	75	50	21,99	16,30	33,45	24,32	85,80	69,22	732,19	561,01	74,80
216/04	Картофель тушеный	130	110	0,35	0,28	3,02	2,42	2,46	1,97	38,45	30,76	6,17
ТТК-265Н	Компот "Плодово-ягодный" из красной смородины	200	150	1,95	1,39	4,57	3,05	8,09	5,96	81,28	56,88	36,71
	Хлеб белый	1/20	1/20	12,09	8,06	17,09	11,42	9,30	6,20	239,33	159,79	0,56
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,92	2,47	8,04	6,80	21,35	18,06	169,42	143,36	26,23
	Уплотненный полдник											
340/04	Омлет натуральный	53	53	0,12	0,09	0,04	0,03	16,55	12,41	67,06	50,29	5,13
510/04	Каша пшеничная вязкая	130	110	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/18	150/18	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61	
	Хлеб белый	1/20	1/20	13,61	12,94	16,16	15,57	53,95	49,44	415,75	389,65	0,29
	Итого стоимость питания в день	152,36 руб.	120,97 руб.									
	Итого	265,7	212,7	220,58	181,8	906,54	737,51	6 674,19	5 436,96	355,12	283,9	

	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.				Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг	
	Дет. сад	Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Дет. сад	Ясли	С	С	
	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Дет. сад	Дет. сад	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	
	217,7	168,7	240,6	188,9	1045,8	813,5	7463,5	5719,4	203,1	
	54,43	42,18	60,15	47,22	261,46	203,38	1 865,88	1 429,84	50,78	
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:										
В среднем в день:										

Зам. Ген. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

Г. Н. Мартынова

А. Р. Гатина

Л. Р. Зегидуллина