

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р.И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

Заведующий МБДОУ "Детский сад "Березка"

(ИПОУ)

М.А. Ахметдинова

(подпись)



ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 16.02.2026г. по 20.02.2026г.

№ ИД	Прием пищи, Наименование блюда	Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг				
		Масса порции, г.		Белки		Жиры		Углеводы		С				
		Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли			
Пн, 16 февраля 26														
Завтрак														
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	9,24	6,75	49,27	43,59	9,80	221,87	177,21	1 582,97	1 327,94	38,79	29,51
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (молдая) с маслом	200/3	150/3	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71	3,92	2,94	
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	6,83	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,50	149,34	1,37	1,03	
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														
52/11	Салат из свеклы отварной	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 крупой со сметаной	200/5	155	32,19	30,07	19,98	16,80	83,60	62,26	643,05	520,49	32,75	24,64	
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	0,97	0,78	3,06	2,45	5,68	4,55	54,17	43,34	6,46	5,17	
ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	150	1,75	1,34	5,01	3,95	8,72	6,58	86,96	67,22	23,22	17,42	
Уплотненный полдник														
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	18,48	16,81	15,42	14,35	85,55	75,39	554,96	498,00	0,75	0,56	
ТТК - 181а	Макароны отварные	130	110	5,52	5,52	5,04	5,04	5,04	5,04	67,44	67,44			
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	4,59	3,88	4,29	3,63	31,56	26,70	183,26	155,06			
ТТК-814	Булочка домашняя	30	30	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56	
Второй завтрак														
	Хлеб белый	1/20	1/20	2,16	2,16	4,10	4,10	18,48	18,48	119,46	119,46			
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32			
Итого стоимость питания в день														
		177,47 руб. 140,91 руб.		48,2	36,58	50,47	41,13	254,6	209,39	1 665,41	1 354,04	69,34	59,26	
Вт, 17 февраля 26														
Завтрак														
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	13,92	9,43	15,81	12,59	69,38	52,00	475,53	359,02	2,07	1,58	
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	3,88	1,65	5,90	4,22	15,37	10,27	130,13	85,70	0,04	0,04	
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	7,32	5,51	5,21	4,46	39,70	29,80	235,01	181,33	1,28	0,96	
698/04	Ряженка	100	100	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62	
Обед														
62/11	Салат из моркови с сахаром	50	40	3,09	3,09	6,18	6,18	4,22	4,22	84,87	84,87	0,31	0,31	
110/2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	21,13	14,76	16,72	11,31	99,78	78,28	634,05	474,00	48,64	39,77	
ТТК 499н	Палочки рыбо-крупяные из минтая	2/40	1/40/10	0,62	0,50	0,05	0,04	5,81	4,65	26,16	20,92	2,40	1,92	
ТТК 491к	Пюре картофельное	200	150	1,83	1,40	3,90	3,04	11,63	8,45	88,03	66,76	21,85	16,36	
520/04	Пюре картофельное	200	150	10,75	10,75	7,84	7,84	15,74	15,74	176,51	176,51	1,73	1,73	
ТТК-258к	Напиток "Плодово-ягодный" из урюка	130	110	2,86	2,42	4,26	3,60	19,17	16,22	126,47	107,01	22,51	19,04	
		200	150	0,51	0,38	0,08	0,06	19,38	14,53	80,23	60,17	0,15	0,11	

Код	Наименование	130		110		2,64		3,81		20,66		17,48		125,69		106,35	
		дет	взр	дет	взр	дет	взр	дет	взр	дет	взр	дет	взр	дет	взр	дет	взр
510/04	Каша перловая вязкая			110		2,64		3,81		20,66		17,48		125,69		106,35	
ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200		150		0,50		0,02		19,43		14,57		79,92		59,94	
	Хлеб белый	1/20		1/20		1,62		0,20		9,76		7,76		47,32		47,32	
	Хлеб "Дарницкий"	44,6		36,25		2,94		0,49		18,29		14,86		89,33		72,81	
	Уплотненный полдник					13,98		16,31		66,09		59,09		471,59		435,51	
340/04	Омлет натуральный	53		53		5,06		6,39		8,39		0,75		80,75		80,75	
510/04	Каша пшеничная вязкая	130		110		4,03		3,80		21,10		17,86		134,75		114,02	
686/04	Чай с лимоном с печеным сахарным в ассортименте	200/7/20		150/7/20		3,27		6,42		34,48		30,72		208,77		193,42	
	Хлеб белый	1/20		1/20		1,62		0,20		9,76		9,76		47,32		47,32	
	Итого стоимость питания в день	177,47 руб.		140,91 руб.		60,94		45,24		249,6		200,55		1 816,9		1 419,01	
	Пт, 20 февраля 26																
	Завтрак																
1/04	Бутерброд с маслом	30/5		20/5		13,05		13,05		11,38		68,12		442,22		346,34	
311/04	Каша молочная пшеница с маслом	200/3		150/3		2,45		4,52		15,37		10,27		112,00		85,71	
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180		150		7,55		6,01		5,05		37,47		234,22		180,63	
	Второй завтрак																
697/04	Молоко кипяченое	100		100		3,06		2,64		5,06		5,06		56,23		56,23	
	Обед																
ТТК-66	Салат "Солнышко"	50		40		0,49		5,09		4,07		6,56		59,15		59,15	
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10		150/5		1,95		4,57		3,05		8,09		81,28		56,88	
ТТК-649к	Биточки "Рябушка"	75		50		10,56		7,08		16,52		10,78		243,68		169,42	
216/04	Картофель тушеный	130		110		2,92		2,47		8,04		6,80		143,36		143,36	
ТТК-272н	Кисель из концентрата полусладкий	200		150		0,10		0,07		21,48		16,11		86,30		64,73	
	Хлеб белый	1/20		1/20		1,62		0,20		9,76		9,76		47,32		47,32	
	Уплотненный полдник																
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	140		140		27,19		19,30		13,76		9,50		616,51		484,28	
ТТК-572н	Пудинг из творога "Пышка" с повидлом	150/30		100/30		0,56		0,56		12,60		12,60		57,68		57,68	
ТТК-475	Чай полусладкий	200		150		0,20		0,15		5,04		3,79		400,68		290,55	
	Хлеб белый	1/20		1/20		1,62		0,20		9,76		9,76		47,32		47,32	
	Хлеб "Дарницкий"	44,6		36,25		2,94		2,39		18,29		14,86		89,33		72,61	
	Итого стоимость питания в день	177,47 руб.		140,91 руб.		315,15		257,62		222,32		1 150,7		8 273,46		6 760,1	
	Итого																

Код	Наименование	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.				Энерг. ценность, ккал				Витамины, мг					
		Ясли		Жиры		Углеводы		Дет. сад		Ясли		Дет. сад		Ясли			
		дет	взр	дет	взр	дет	взр	дет	взр	дет	взр	дет	взр	дет	взр		
	Итого за неделю:																
	В среднем в день:																

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

Г. Н. Фазуллина
А. Р. Гатина
Л. Р. Закидуллина