

"УТВЕРЖДАЮ"
 Генеральный директор
 ООО "Школьское питание"

 Р. И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"
 Заведующий МБДОУ "Детский сад "Берёзка"
 (№ДОУ)
 М.А. Фаруралимова
 (ФИО)

 (подпись)



ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 27.04.2026г. по 30.04.2026 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	Дет. сад	Ясли			
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли									
	Пн, 27 апреля 26																	
	Завтрак																	
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	6,75	11,23	4,52	4,23	15,37	10,27	47,66	34,50	177,21	1582,97	1327,94	38,79	29,51		
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	6,63	4,98	6,86	5,54	26,50	19,88	192,50	149,34	182,50	328,73	253,22	3,92	2,94		
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17	56,23	56,23	56,23	1,37	1,37		
	Второй завтрак																	
697/04	Молоко кипяченое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	56,23	56,23	56,23	1,37	1,37		
	Обед																	
52/11	Салат из свеклы отварной	50	40	0,97	0,78	3,06	2,45	5,68	4,55	54,17	43,34	54,17	54,17	43,34	6,46	5,17		
134/04	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200/5	155	1,75	1,34	5,01	3,95	8,72	6,58	86,96	67,22	86,96	86,96	67,22	23,22	17,42		
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	27,35	25,96	11,69	10,18	40,01	28,80	374,68	302,67	374,68	374,68	302,67	3,04	2,03		
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	79,92	79,92	59,94	0,03	0,02		
	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				
	Уплотненный полдник																	
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	18,48	16,81	15,42	14,35	85,55	75,39	67,44	67,44	67,44	67,44	67,44	0,75	0,56		
ТТК - 181а	Макаронные отварные	130	110	4,59	3,88	4,29	3,63	31,56	26,70	183,26	155,06	183,26	183,26	155,06				
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	48,15	48,15	36,11	0,75	0,56		
ТТК-814	Булочка домашняя	30	30	2,16	2,16	4,10	4,10	18,48	18,48	119,46	119,46	119,46	119,46	119,46				
	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				
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,96	89,33	72,61	89,33	89,33	72,61				
	Итого стоимость питания в день	177,47 руб.	140,91 руб.															
	Вт, 28 апреля 26																	
	Завтрак																	
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	3,88	1,65	5,90	4,22	15,37	10,27	69,38	52,00	69,38	69,38	52,00	2,07	1,58		
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	235,01	235,01	181,33	1,28	0,96		
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	110,39	110,39	91,99	0,75	0,62		
	Второй завтрак																	
698/04	Ряженка	100	100	3,09	3,09	6,18	6,18	4,22	4,22	84,87	84,87	84,87	84,87	84,87	0,31	0,31		
	Обед																	
	Итого стоимость питания в день			21,81	15,30	23,72	16,91	97,73	76,64	691,62	520,06	691,62	691,62	520,06	53,72	43,84		

ТТК-528н	Салат "Сельский"	50	40	1,30	1,04	7,05	5,64	3,76	3,01	83,73	66,98	7,48	5,99
110/2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	1,83	1,40	3,80	3,04	11,63	8,45	88,03	66,76	21,85	16,36
ТТК-498н	Палочки рыб-крупяные из мятая	2/40	1/40/10	10,75	6,05	7,84	3,97	15,74	9,81	176,51	99,21	1,73	2,34
ТТК-491к	Палочки рыб-крупяные из мятая с овощ (зелен гор)	130	110	2,86	2,42	4,26	3,60	19,17	16,22	126,47	107,01	22,51	19,04
520/04	Пюре картофельное	200	150	0,51	0,38	0,08	0,06	19,38	14,53	80,23	60,17	0,15	0,11
ТТК-258к	Напиток "Плодово-ягодный" из урюка	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
	Хлеб "Дарницкий"	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Хлеб белый			10,06	9,30	11,76	11,05	81,22	74,89	470,96	436,15	18,32	17,60
	Уплотненный полдник												
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	140	140	0,56	0,56	0,56	0,56	12,60	12,60	57,68	57,68	14,00	14,00
ТТК-187а	Каша гречневая вязкая	130	110	3,98	3,37	4,64	3,93	21,48	18,18	143,60	121,51		
	Сок 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	3,60
	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	177,47 руб.	140,91 руб.	82,44	69,39	46,76	40,75	200,27	161,3	1 551,67	1 289,47	113,13	100,79
	Ср, 29 апреля 26												
	Завтрак												
2/04	Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	10,75	8,13	12,16	10,71	69,48	53,61	430,41	343,33	2,64	2,11
311/04	Каша молочная рисовая жидкая с маслом	200/3	150/3	2,45	1,65	4,52	4,22	21,23	16,13	135,44	109,14	0,10	0,10
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	5,25	3,94	5,12	4,39	32,97	24,74	198,97	154,19	1,37	1,03
	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												
ТТК-357н	Салат "Капуста квашеная" (б/лука)	50	40	0,90	0,72	2,78	2,22	4,27	3,42	45,66	36,53	15,00	12,00
148/04	Суп лапша домашняя с мясными фрикадельками "Останкинские"	200/25	150/25	6,48	6,36	8,21	7,76	2,56	2,02	110,05	103,34	1,95	1,62
ТТК № 338к	Рагу из мякоти птицы	50/150	50/100	26,16	25,17	7,65	6,32	22,21	14,95	262,31	217,41	24,99	16,66
ТТК-503	Напиток "Плодово-ягодный" ассорти	200	150	0,01	0,01	0,01	0,01	16,66	12,50	66,73	50,05	0,20	0,15
	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-495н	Десерт фруктовый Апельсин	110	110	0,99	0,99	13,11	10,90	70,27	59,98	532,96	435,26	66,98	66,88
ТТК - 341н	Творожник "Зебра" с соусом сметанным "Сластена"	150/15	100/30	27,71	19,17	12,37	10,26	27,92	22,33	333,89	258,29	0,88	0,80
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	177,47 руб.	140,91 руб.	60,39	49,56	55,21	46,68	227,54	186,26	1 648,65	1 363,36	23,67	19,04
	Чт, 30 апреля 26												
	Завтрак												
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	11,29	8,51	10,72	8,90	62,58	46,87	391,95	301,55	2,12	1,65
311/04	Каша молочная манная (жидкая) 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	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62
	Второй завтрак												
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
	Обед												
35/2010	Салат из свеклы с яблоком	50	40	0,74	0,59	2,60	2,08	6,84	5,47	53,74	43,00	6,04	4,83
139/04	Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы	200/15	150/15	10,56	9,41	7,00	6,53	15,88	11,99	168,80	144,41	9,93	7,63
ТТК-992	Мясо "Нежное" в соусе	40/50	25/25	13,06	8,06	11,12	6,64	3,68	1,84	167,03	99,39	1,22	0,61
510/04	Каша перловая вязкая	130	110	2,64	2,24	3,61	3,05	20,66	17,48	125,69	106,35		

ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов Хлеб белый Хлеб "Дарницкий"	200 1/20 44,6	150 1/20 36,25	0,50 1,62 2,94 13,98	0,37 1,62 2,39 13,31	0,02 0,20 0,49 16,81	0,02 0,20 0,40 16,22	19,43 9,76 14,86 66,09	14,57 9,76 14,86 59,09	79,92 47,32 89,33 471,59	59,94 47,32 72,81 435,51	0,03 0,03 0,19 3,49	0,02 0,02 0,19 3,46
340/04	Омлет натуральный	53	53	5,06	5,06	6,39	6,39	21,10	17,86	134,75	114,02		
510/04	Каша пшеничная вязкая	130	110	4,03	3,41	3,80	3,22	34,48	30,72	208,77	193,42		
686/04	Чай с лимоном с печеньем сахарным в ассортименте	200/7/20	150/7/20	3,27	3,22	6,42	6,41	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20						
	Итого стоимость питания в день	177,47 руб.	140,91 руб.	254,68	212,76	208,71	177,75	902,23	732,52	6 506,27	5 360,87	250,01	212,67
	Итого												

Итого за неделю: В среднем в день:	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.				Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг		
	Дет.	Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Дет.	Ясли	Дет.	Ясли	С	С
	198,68	152,76	216,72	169,76	942,24	732,52	6506,28	5040,84	180,80	160,68	
	49,67	38,19	54,18	42,44	235,56	183,13	1 626,57	1 260,21	45,20	40,17	

Зам. Ген. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

Г. Н. Фазуллина

А. Р. Гатина

Л. Р. Загидуллина