

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р.И.Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

(№ДОУ)

(ФИО руководителя)

(подпись)



ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 06.10.2025г. по 10.10.2025г.

№ 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				
Пн, 06 октября 25													
Завтрак													
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	62,98	56,69	49,23	43,55	220,8	176,37	1 578,33	1 324,2	40,36	30,63
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	9,24	6,75	11,23	9,80	47,66	34,50	328,73	253,22	3,92	2,94
ТТК-253ж	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71		
Второй завтрак													
697/04	Молоко кипяченое	100	100	6,63	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,50	149,34	1,37	1,03
Обед													
52/11	Салат из свеклы отварной	50	40	0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17	2,55	1,91
134/04	Суп крестьянский с крупой 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	32,20	30,07	19,94	16,76	82,53	61,42	638,41	516,75	34,32	25,76
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	0,91	0,73	3,06	2,45	5,33	4,27	52,49	41,99	6,06	4,85
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,75	1,34	4,96	3,91	7,62	5,76	82,13	63,59	24,82	18,62
Уплотненный полдник													
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	27,42	26,01	11,70	10,18	40,39	27,06	376,55	303,91	3,41	2,27
ТТК - 181а	Макаронные отварные	130	110	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
ТТК-814	Булочка домашняя	30	30	18,48	16,81	15,42	14,35	85,55	75,39	554,96	498,00	0,75	0,56
	Хлеб белый	1/20	1/20	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	4,59	3,88	4,29	3,63	31,56	26,70	183,26	155,06		
Итого стоимость питания в день													
Вт, 07 октября 25													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	47,97	36,36	46,57	37,29	247,01	203,38	1 599,03	1 294,5	79,37	67,75
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	13,92	9,43	15,81	12,59	69,38	52,00	475,53	359,02	2,07	1,58
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	3,88	1,65	5,90	4,22	15,37	10,27	130,13	85,70	0,04	
Второй завтрак													
698/04	Кефир	100	100	7,32	5,51	5,21	4,46	39,70	29,80	235,01	181,33	1,28	0,96
Обед													
				2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62
				3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	0,72	0,72
				3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	0,72	0,72
				20,97	14,61	16,39	11,04	91,82	71,90	598,63	445,42	57,76	47,35

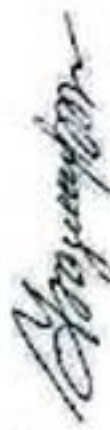
62/11	Салат из моркови с сахаром	50	40	0,78	0,62	0,06	0,05	6,64	5,31	30,20	24,16	3,00	2,40
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	1,80	1,38	3,76	3,01	10,59	7,96	83,43	64,43	22,97	17,19
ТТК-491н	Палочки рыбко-крупяные из минтая	2/40		10,75		7,84		15,74		176,51		1,73	
ТТК-491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ.(зелён.гор)		1/40/10		6,05		3,97		9,81		99,21		2,34
520/04	Пюре картофельное	130	110	2,57	2,17	3,96	3,35	11,42	9,67	91,61	77,52	29,91	25,31
ТТК-258к	Напиток "Плодово-ягодный" из урожая	200	150	0,51	0,38	0,08	0,06	19,38	14,53	80,23	60,17	0,15	0,11
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Уплотненный полдник			10,08	9,32	11,78	11,07	81,67	75,34	473,02	438,21	18,82	18,10
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	145	145	0,58	0,58	0,58	0,58	13,05	13,05	59,74	59,74	14,50	14,50
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	170,64 руб.	135,49 руб.										
	Ср, 08 октября 25			81,94	68,92	46,84	40,97	198,41	161,45	1 543,07	1 290,28	84,18	66,3
	Завтрак			10,75	8,13	12,16	10,71	69,48	53,61	430,41	343,33	2,64	2,11
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 рисовая жидкая с маслом	200/3	150/3	5,25	3,94	5,12	4,39	32,97	24,74	198,97	154,19	1,37	1,03
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			3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
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			35,08	33,82	18,35	16,14	49,79	38,99	504,65	436,64	64,69	47,44
20/2010	Салат из белокачанной капусты	50	40	0,97	0,77	2,55	2,04	5,24	4,19	47,83	38,26	29,89	23,91
148/04	Суп лапша домашняя с мясными фрикадельками	200/25	150/25	6,53	6,39	8,22	7,76	2,86	2,22	111,50	104,33	2,23	1,82
	"Останкинские"												
Приказ № 306 от	Рагу из мякоти птицы	50/150	50/100	25,95	25,03	7,37	6,14	15,27	10,32	231,27	196,68	32,37	21,56
ТТК-503	Напиток "Плодово-ягодный" ассорти	200	150	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			33,05	23,91	13,69	11,48	74,08	63,79	551,78	454,08	15,48	15,38
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	145	145	0,58	0,58	0,58	0,58	13,05	13,05	59,74	59,74	14,50	14,50
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	170,64 руб.	135,49 руб.										
	Чт, 09 октября 25			62,09	50,9	57,55	48,55	219,52	179,85	1 644,45	1 359,85	25,38	20,21
	Завтрак			11,29	8,51	10,72	8,90	62,58	46,87	391,95	301,55	2,12	1,65
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	2,40	1,60	0,90	0,60	15,30	10,20	78,90	52,60		
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			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
	Обед			33,76	26,02	27,38	20,79	86,52	69,56	727,63	569,51	18,93	14,26
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
139/04	Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы	200/15	150/15	10,50	9,34	6,90	6,45	13,38	10,04	157,67	135,60	12,85	9,82
ТТК-992	Мясо "Нежное" в соусе	40/50	25/25	13,09	8,08	11,12	6,64	3,84	1,92	167,79	99,77	1,41	0,71
510/04	Каша перловая вязкая	130	110	2,64	2,24	3,61	3,05	20,66	17,48	125,69	106,35		

	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	Ясли	Дет. сад	Ясли				
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ: В среднем в день:			245,65	192,90	271,65	211,85	1177,0	916,95	8101,15	6301,65	228,80	202,25
			49,13	38,58	54,33	42,37	235,39	183,39	1 620,23	1 260,33	45,76	40,45

Зам. Ген. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству



Г. Н. Фазуллина



А. Р. Гатина



Л. Р. Загидуллина