

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"
Р. И. Мусина

ООО "Школьное питание"
Р. И. Мусина

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЯЧЬИНСКА 05.08.2024г. по 09.08.2024 г.

| № ИД | Прием пищи, Наименование блюда | Масса порции, г. | | Питательные вещества | | Углеводы | | Энерг. ценность, ккал | | Витамины, мг | | | |
|---------------------------------------|--|------------------|-------------|----------------------|-------|----------|-------|-----------------------|--------|--------------|---------|--------|--------|
| | | Дет. сад | Ясли | Белки | | Жиры | | Дет. сад | Ясли | Дет. сад | Ясли | | |
| | | | | Дет. сад | Ясли | Дет. сад | Ясли | | | | | | |
| Пн, 05 августа 24 | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| 3/04 | Бутерброд с сыром | 30/5 | 20/5 | 71,95 | 65,97 | 54,43 | 47,82 | 238,61 | 198,15 | 1732,26 | 1486,87 | 40,82 | 31,06 |
| ТТК-360н | Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом | 200/3 | 150/3 | 11,95 | 9,14 | 9,92 | 8,26 | 50,97 | 36,97 | 340,96 | 258,77 | 5,19 | 3,90 |
| ТТК-253к | Чай "Витаминный" полусладкий | 200 | 150 | 3,87 | 3,07 | 2,32 | 2,02 | 15,30 | 10,20 | 97,54 | 71,24 | 0,04 | 0,04 |
| 697/04 | Молоко кипяченое | 100 | 100 | 7,92 | 5,95 | 7,55 | 6,21 | 29,88 | 22,42 | 219,19 | 169,36 | 2,60 | 1,95 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | |
| ТТК-1025 | Салат "Радужный" | 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 | 3,06 | 3,06 | 2,64 | 2,64 | 5,06 | 5,06 | 56,23 | 56,23 | 1,37 | 1,37 |
| ТТК-257н | Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов | 200 | 150 | 32,54 | 30,35 | 19,47 | 16,38 | 82,67 | 61,54 | 636,21 | 515,02 | 32,95 | 24,67 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | | | | |
| 337/04 | Яйцо вареное | 1 шт | 1 шт | 1,28 | 1,02 | 2,59 | 2,07 | 5,59 | 4,48 | 50,84 | 40,67 | 5,01 | 4,00 |
| 334/04 | Макаронные запеченные с сыром с маслом | 145/5 | 145/3 | 1,72 | 1,33 | 4,96 | 3,91 | 7,50 | 5,67 | 81,58 | 63,18 | 24,50 | 18,38 |
| ТТК-437 | Чай полусладкий с молоком | 200 | 150 | 27,42 | 26,01 | 11,70 | 10,18 | 40,39 | 27,06 | 376,55 | 303,91 | 3,41 | 2,27 |
| 733/04 | Оладьи с повидлом | 50/10 | 50/10 | 0,50 | 0,37 | 0,02 | 0,02 | 19,43 | 14,57 | 79,92 | 59,94 | 0,03 | 0,02 |
| Хлеб белый | | | | | | | | | | | | | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | | | | |
| Итого стоимость питания в день | | | | | | | | | | | | | |
| | | 44,6 | 36,25 | 2,94 | 2,39 | 0,49 | 0,40 | 18,29 | 14,86 | 89,33 | 72,61 | 1,31 | 1,12 |
| Вт, 06 августа 24 | | 152,36 руб. | 120,97 руб. | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| 1/04 | Бутерброд с маслом | 30/5 | 20/5 | 48,12 | 36,85 | 47,78 | 38,95 | 234,49 | 194,54 | 1560,47 | 1276,03 | 127,53 | 119,04 |
| 302/04 | Каша молочная ячневая с маслом | 200/3 | 150/3 | 14,40 | 10,85 | 16,07 | 13,82 | 72,53 | 54,35 | 492,37 | 385,15 | 2,88 | 2,22 |
| ТТК-343н | Кофейный напиток полусладкий | 180 | 150 | 2,45 | 1,65 | 4,52 | 4,23 | 15,37 | 10,27 | 112,00 | 85,71 | 2,13 | 1,60 |
| 698/04 | Кефир | 100 | 100 | 9,23 | 6,93 | 6,85 | 5,68 | 42,85 | 32,15 | 269,98 | 207,45 | 0,75 | 0,62 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| 62/11 | Салат из моркови с сахаром | 50 | 40 | 2,72 | 2,27 | 4,70 | 3,91 | 14,31 | 11,93 | 110,39 | 91,99 | 0,72 | 0,72 |
| 110/04 | 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 "Морячка" | 75 | 50 | 20,57 | 13,62 | 19,08 | 13,13 | 82,66 | 67,23 | 584,61 | 441,55 | 59,61 | 52,50 |
| 520/04 | Пюре картофельное | 150 | 150 | 0,78 | 0,62 | 0,06 | 0,05 | 6,64 | 5,31 | 30,20 | 24,16 | 3,00 | 2,40 |
| ТТК-258к | Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка | 200 | 150 | 1,91 | 1,37 | 4,51 | 3,01 | 10,67 | 7,91 | 90,91 | 64,19 | 22,69 | 17,01 |
| Хлеб "Дарницкий" | | | | | | | | | | | | | |
| | | 44,6 | 36,25 | 2,94 | 2,39 | 0,49 | 0,40 | 18,29 | 14,86 | 89,33 | 72,61 | 0,15 | 0,11 |

| | Масса порции, г. | | Пищевые вещества, г. | | | | Энерг. ценность, ккал | | Витамины, мг | | | |
|-------------------|------------------|------|----------------------|--------|--------|----------|-----------------------|---------|--------------|----------|--------|--------|
| | Дет. | Ясли | Белки | Жиры | | Углеводы | | Дет. | Ясли | С | С | |
| | | | | Дет. | Ясли | Дет. | Ясли | | | | | |
| | | | Дет. | Ясли | Дет. | Ясли | Дет. | Ясли | Дет. | Ясли | | |
| | | | сад | сад | сад | сад | сад | сад | сад | сад | | |
| | | | 272,25 | 210,25 | 300,90 | 237,95 | 1309,50 | 1015,05 | 9095,40 | 7369,65 | 250,65 | 226,20 |
| | | | 54,45 | 42,05 | 60,18 | 47,59 | 261,90 | 203,01 | 1 819,08 | 1 473,93 | 50,13 | 45,24 |
| 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
 П.Р. Загидуллина