

"УТВЕРЖДАЮ"  
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р. И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

Ильдарович В.Ф.

(№ДОУ)

(ФИО руки)

(подпись)



ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНУЛЫНОВСКОГО РАЙОНА Р. Б. от 22.07.2024 г. по 26.07.2024 г.

| № НД                                  | Прием пищи, Наименование блюда                 | Пищевые вещества |             |          |       | Энерг. ценность, ккал |       |          |       | Витамины, мг |        |       |       |
|---------------------------------------|--|------------------|-------------|----------|-------|-----------------------|-------|----------|-------|--------------|--------|-------|-------|
|                                       |  | Белки            |             | Жиры     |       | Углеводы              |       | Дет. сад |       | Ясли         |        | Дет.  | Ясли  |
|                                       |  | Дет. сад         | Ясли        | Дет. сад | Ясли  | Дет. сад              | Ясли  | Дет. сад | Ясли  | С            |        |       |       |
| <b>Пн, 22 июля 24</b>                 |  |                  |             |          |       |                       |       |          |       |              |        |       |       |
| <b>Завтрак</b>                        |  |                  |             |          |       |                       |       |          |       |              |        |       |       |
| 3/04                                  | Бутерброд с сыром                              |                  |             |          |       |                       |       |          |       |              |        |       |       |
| ТТК-360н                              | Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом | 30/5             | 20/5        | 11,95    | 9,14  | 9,92                  | 8,26  | 50,97    | 36,97 | 340,96       | 258,77 | 40,59 | 31,06 |
| ТТК-253к                              | Чай "Витаминный" полусладкий                   | 200/3            | 150/3       | 3,87     | 3,07  | 2,32                  | 2,02  | 15,30    | 10,20 | 97,54        | 71,24  | 0,04  | 0,04  |
|                                       |  | 200              | 150         | 0,16     | 0,12  | 0,05                  | 0,03  | 5,79     | 4,35  | 24,23        | 18,17  | 2,55  | 1,91  |
| 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  |
|                                       |  | 100              | 100         | 32,51    | 30,35 | 19,47                 | 16,38 | 82,49    | 61,54 | 635,30       | 515,02 | 32,72 | 24,67 |
| ТТК-1025                              | Салат "Радужный"                               | 50               | 40          | 1,28     | 1,02  | 2,59                  | 2,07  | 5,59     | 4,48  | 50,84        | 40,67  | 5,01  | 4,00  |
| 134/04                                | Суп крестьянский с крупой со сметаной          | 200/5            | 150/5       | 1,72     | 1,33  | 4,96                  | 3,91  | 7,50     | 5,67  | 81,58        | 63,18  | 24,50 | 18,38 |
| ТТК №417                              | Плов "Золотой петушок"                         | 50/150           | 50/100      | 27,39    | 26,01 | 11,70                 | 10,18 | 40,21    | 27,06 | 375,64       | 303,91 | 3,18  | 2,27  |
| 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  | 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  |       |       |
|                                       |  | 1/20             | 1/20        | 24,40    | 23,42 | 22,40                 | 20,54 | 99,91    | 94,58 | 698,86       | 656,85 | 1,31  | 1,12  |
| 337/04                                | Яйцо вареное                                   | 1 шт             | 1 шт        | 5,52     | 5,52  | 5,04                  | 5,04  |          |       | 67,44        | 67,44  |       |       |
| 334/04                                | Макаронные изделия с сыром с маслом            | 145/5            | 145/3       | 8,77     | 8,75  | 11,57                 | 10,12 | 36,44    | 36,41 | 285,01       | 271,76 | 0,09  | 0,09  |
| ТТК-437                               | Чай полусладкий с молоком                      | 200              | 150         | 1,65     | 1,24  | 1,30                  | 0,98  | 7,46     | 5,59  | 48,15        | 36,11  | 0,75  | 0,56  |
| 733/04                                | Оладьи с повидлом                              | 50/10            | 50/10       | 3,90     | 3,90  | 3,80                  | 3,80  | 27,96    | 27,96 | 161,61       | 161,61 | 0,47  | 0,47  |
|                                       | 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  |       |       |
|                                       |  | 152,36 руб.      | 120,97 руб. |          |       |                       |       |          |       |              |        |       |       |
| <b>Итого стоимость питания в день</b> |  |                  |             |          |       |                       |       |          |       |              |        |       |       |
| <b>Вт, 23 июля 24</b>                 |  |                  |             |          |       |                       |       |          |       |              |        |       |       |
| <b>Завтрак</b>                        |  |                  |             |          |       |                       |       |          |       |              |        |       |       |
| 1/04                                  | Бутерброд с маслом                             |                  |             |          |       |                       |       |          |       |              |        |       |       |
| 302/04                                | Каша молочная ячневая 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  |
| ТТК-343н                              | Кофейный напиток полусладкий                   | 200/3            | 150/3       | 2,45     | 1,65  | 4,52                  | 4,23  | 15,37    | 10,27 | 112,00       | 85,71  |       |       |
|                                       |  | 180              | 150         | 9,23     | 6,93  | 6,85                  | 5,68  | 42,85    | 32,15 | 269,98       | 207,45 | 2,13  | 1,60  |
|                                       |  | 180              | 150         | 2,72     | 2,27  | 4,70                  | 3,91  | 14,31    | 11,93 | 110,39       | 91,99  | 0,75  | 0,62  |
| 698/04                                | Кефир  | 100              | 100         | 3,00     | 3,00  | 2,59                  | 2,59  | 4,14     | 4,14  | 51,85        | 51,85  | 0,72  | 0,72  |
|                                       |  | 100              | 100         | 3,00     | 3,00  | 2,59                  | 2,59  | 4,14     | 4,14  | 51,85        | 51,85  | 0,72  | 0,72  |
|                                       |  | 100              | 100         | 20,01    | 12,72 | 23,50                 | 15,93 | 81,49    | 64,30 | 617,52       | 451,55 | 55,78 | 44,25 |
| ТТК-66                                | Салат "Солнышко"                               | 50               | 40          | 0,59     | 0,47  | 5,09                  | 4,07  | 7,13     | 5,70  | 76,72        | 61,38  | 3,49  | 2,79  |
| 110/04                                | Борщ с капустой и картофелем со сметаной       | 200/10           | 150/5       | 1,91     | 1,37  | 4,51                  | 3,01  | 10,67    | 7,91  | 90,91        | 64,19  | 22,69 | 17,01 |
| ТТК-1026                              | Биточки рыбные "Морячка"                       | 75               | 50          | 9,99     | 4,42  | 9,18                  | 4,85  | 5,48     | 2,42  | 144,53       | 71,01  | 1,38  | 0,59  |
| 520/04                                | Пюре картофельное                              | 130              | 110         | 2,45     | 2,07  | 3,95                  | 3,34  | 10,78    | 9,12  | 88,48        | 74,87  | 28,07 | 23,75 |
| ТТК-258к                              | Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка            | 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               | 1/20               | 36,25              | 2,94  | 2,39  | 0,49  | 0,40  | 18,29  | 14,86  | 89,33    | 72,61    |        |        |
|          | Хлеб белый                                       |                    |                    | 1/20               | 1,62  | 1,62  | 0,20  | 0,20  | 9,76   | 9,76   | 47,32    | 47,32    |        |        |
|          | Уплотненный полдник                              |                    |                    |                    | 9,65  | 8,88  | 10,44 | 9,81  | 75,76  | 69,42  | 435,64   | 401,48   | 14,32  | 13,60  |
| ТТК-495Н | Десерт фруктовый Яблоко                          | 100                | 100                | 100                | 0,40  | 0,40  | 0,40  | 0,40  | 9,00   | 9,00   | 41,20    | 41,20    | 10,00  | 10,00  |
| 510/04   | Каша гречневая вязкая                            | 130                | 110                | 110                | 4,03  | 3,41  | 4,12  | 3,49  | 21,54  | 18,23  | 139,36   | 117,92   |        |        |
| 707/04   | Сок фруктовый с печеньем сахарным в ассортименте | 180/18             | 150/18             | 150/18             | 3,60  | 3,45  | 5,72  | 5,72  | 35,46  | 32,43  | 207,76   | 195,04   | 4,32   | 3,60   |
|          | Хлеб белый                                       | 1/20               | 1/20               | 1/20               | 1,62  | 1,62  | 0,20  | 0,20  | 9,76   | 9,76   | 47,32    | 47,32    |        |        |
|          | <b>Итого стоимость питания в день</b>            | <b>152,36 руб.</b> | <b>120,97 руб.</b> | <b>120,97 руб.</b> |       |       |       |       |        |        |          |          |        |        |
|          | <b>Ср, 24 июля 24</b>                            |                    |                    |                    |       |       |       |       |        |        |          |          |        |        |
|          | Завтрак  |                    |                    |                    |       |       |       |       |        |        |          |          |        |        |
| 2/04     | Бутерброд с повидлом                             | 30/10/5            | 20/10/5            | 20/10/5            | 15,00 | 11,32 | 14,73 | 12,63 | 77,20  | 59,40  | 501,48   | 396,63   | 171,91 | 138,88 |
| 302/04   | Каша молочная пшенная с маслом                   | 200/3              | 150/3              | 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                | 150                | 9,50  | 7,13  | 7,69  | 6,31  | 40,69  | 30,53  | 270,04   | 207,49   | 2,18   | 1,64   |
| 697/04   | Молоко кипяченое                                 | 100                | 100                | 100                | 3,05  | 2,54  | 2,52  | 2,10  | 15,28  | 12,74  | 96,00    | 80,00    | 1,17   | 0,98   |
|          | Обед   |                    |                    |                    |       |       |       |       |        |        |          |          |        |        |
| 14/10    | Салат из свежих помидоров                        | 50                 | 40                 | 40                 | 3,06  | 3,06  | 2,64  | 2,64  | 5,06   | 5,06   | 56,23    | 56,23    | 1,37   | 1,37   |
| 148/04   | Суп лапша домашняя с мясными фрикадельками       | 200/25             | 150/25             | 150/25             | 35,49 | 25,11 | 18,22 | 15,41 | 51,23  | 41,71  | 510,74   | 406,06   | 155,30 | 124,23 |
| ТТК-416к | Капуста тушеная с мякотью птицы                  | 200                | 30/120             | 30/120             | 0,39  | 0,31  | 3,03  | 2,42  | 2,65   | 2,12   | 39,37    | 31,50    | 6,40   | 5,12   |
| ТТК-272н | Кисель из концентрата полусладкий                | 200                | 150                | 150                | 6,53  | 6,39  | 8,22  | 7,76  | 2,86   | 2,22   | 111,50   | 104,33   | 2,23   | 1,82   |
|          | Хлеб белый                                       | 1/20               | 1/20               | 1/20               | 26,85 | 16,72 | 6,77  | 5,03  | 14,48  | 11,50  | 226,25   | 158,18   | 145,71 | 116,57 |
|          | Уплотненный полдник                              |                    |                    |                    | 0,10  | 0,07  |       |       | 21,48  | 16,11  | 86,30    | 64,73    | 0,96   | 0,72   |
| ТТК-495Н | Десерт фруктовый Яблоко                          | 110                | 100                | 100                | 1,62  | 1,62  | 0,20  | 0,20  | 9,76   | 9,76   | 47,32    | 47,32    |        |        |
| ТТК-1019 | Сырники "Домашние" из творога с соусом сметанным | 150/15             | 100/30             | 100/30             | 36,58 | 25,74 | 13,55 | 10,66 | 78,40  | 63,81  | 581,94   | 454,13   | 11,79  | 10,56  |
| ТТК-475  | "Сластёна"                                       | 150/15             | 100/30             | 100/30             | 0,44  | 0,40  | 0,44  | 0,40  | 9,90   | 9,00   | 45,32    | 41,20    | 11,00  | 10,00  |
|          | Чай полусладкий                                  | 200                | 150                | 150                | 31,38 | 21,18 | 12,37 | 9,62  | 35,39  | 26,40  | 378,47   | 276,88   | 0,69   | 0,48   |
|          | Хлеб белый                                       | 1/20               | 1/20               | 1/20               | 0,20  | 0,15  | 0,05  | 0,04  | 5,06   | 3,79   | 21,50    | 16,12    | 0,10   | 0,08   |
|          | Хлеб "Дарницкий"                                 | 44,6               | 36,25              | 36,25              | 1,62  | 1,62  | 0,20  | 0,20  | 9,76   | 9,76   | 47,32    | 47,32    |        |        |
|          | <b>Итого стоимость питания в день</b>            | <b>152,36 руб.</b> | <b>120,97 руб.</b> | <b>120,97 руб.</b> |       |       |       |       |        |        |          |          |        |        |
|          | <b>Чт, 25 июля 24</b>                            |                    |                    |                    |       |       |       |       |        |        |          |          |        |        |
|          | Завтрак  |                    |                    |                    |       |       |       |       |        |        |          |          |        |        |
| 3/04     | Бутерброд с сыром                                | 53,67              | 43,98              | 43,98              | 53,91 | 65,83 | 53,91 | 53,91 | 203,6  | 166,98 | 1 621,56 | 1 328,86 | 86,48  | 68,53  |
| 311/04   | Каша молочная манная (жидкая) с маслом           | 14,80              | 11,51              | 13,90              | 11,64 | 13,90 | 11,64 | 11,64 | 65,96  | 49,40  | 448,12   | 348,34   | 3,08   | 2,38   |
| ТТК-343н | Кофейный напиток полусладкий                     | 3,87               | 3,07               | 2,32               | 2,02  | 2,32  | 2,02  | 2,02  | 15,30  | 10,20  | 97,54    | 71,24    | 0,04   | 0,04   |
| 698/04   | Простокваша                                      | 8,21               | 6,17               | 6,88               | 5,71  | 6,88  | 5,71  | 5,71  | 36,35  | 27,27  | 240,19   | 185,11   | 2,29   | 1,72   |
|          | Второй завтрак                                   |                    |                    |                    |       |       |       |       |        |        |          |          |        |        |
| 52/11    | Салат из свеклы отварной                         | 2,72               | 2,27               | 4,70               | 3,91  | 4,70  | 3,91  | 3,91  | 14,31  | 11,93  | 110,39   | 91,99    | 0,75   | 0,62   |
| 124/04   | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной    | 3,06               | 3,06               | 2,64               | 2,64  | 2,64  | 2,64  | 2,64  | 4,33   | 4,33   | 53,28    | 53,28    | 0,84   | 0,84   |
| ТТК-650  | Котлеты "Челнинские"                             | 3,06               | 3,06               | 3,06               | 2,64  | 2,64  | 2,64  | 2,64  | 4,33   | 4,33   | 53,28    | 53,28    | 0,84   | 0,84   |
| 216/04   | Картофель тушеный                                | 22,20              | 16,47              | 33,13              | 24,06 | 33,13 | 24,06 | 24,06 | 79,36  | 63,81  | 704,41   | 537,59   | 82,27  | 65,05  |
| ТТК-257н | Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов         | 0,91               | 0,73               | 3,06               | 2,45  | 3,06  | 2,45  | 2,45  | 5,33   | 4,27   | 52,49    | 41,99    | 6,06   | 4,85   |
|          | Хлеб белый                                       | 1,91               | 1,37               | 4,51               | 3,01  | 4,51  | 3,01  | 3,01  | 6,58   | 4,84   | 74,56    | 51,93    | 38,21  | 28,65  |
|          | Хлеб "Дарницкий"                                 | 12,09              | 8,06               | 17,09              | 11,42 | 17,09 | 11,42 | 11,42 | 9,30   | 6,20   | 239,33   | 159,79   | 0,56   | 0,37   |
| 340/04   | Омлет натуральный                                | 2,61               | 2,21               | 7,74               | 6,55  | 7,74  | 6,55  | 6,55  | 13,55  | 11,47  | 134,32   | 113,66   | 32,31  | 27,34  |
| 510/04   | Каша пшеничная вязкая                            | 0,50               | 0,37               | 0,02               | 0,02  | 0,02  | 0,02  | 0,02  | 19,43  | 14,57  | 79,92    | 59,94    | 0,03   | 0,02   |
| ТТК-475  | Чай полусладкий с печеньем сахарным              | 1,62               | 1,62               | 0,20               | 0,20  | 0,20  | 0,20  | 0,20  | 9,76   | 9,76   | 47,32    | 47,32    |        |        |
|          | Хлеб белый                                       | 2,94               | 2,39               | 0,49               | 0,40  | 0,49  | 0,40  | 0,40  | 18,29  | 14,86  | 89,33    | 72,61    |        |        |
|          | Уплотненный полдник                              | 13,61              | 12,94              | 16,16              | 15,57 | 16,16 | 15,57 | 15,57 | 53,95  | 49,44  | 415,75   | 389,65   | 0,29   | 0,26   |
|          | Каша пшеничная вязкая                            | 5,06               | 5,06               | 6,39               | 6,39  | 6,39  | 6,39  | 6,39  | 0,75   | 0,75   | 80,75    | 80,75    | 0,19   | 0,19   |
|          | Чай полусладкий с печеньем сахарным              | 4,03               | 3,41               | 3,80               | 3,22  | 3,80  | 3,22  | 3,22  | 21,10  | 17,86  | 134,75   | 114,02   |        |        |
|          | Хлеб белый                                       | 2,90               | 2,85               | 5,77               | 5,76  | 5,77  | 5,76  | 5,76  | 22,34  | 21,07  | 152,93   | 147,56   | 0,10   | 0,07   |
|          | <b>Итого стоимость питания в день</b>            | <b>152,36 руб.</b> | <b>120,97 руб.</b> | <b>120,97 руб.</b> |       |       |       |       |        |        |          |          |        |        |
|          | <b>Пт, 26 июля 24</b>                            |                    |                    |                    |       |       |       |       |        |        |          |          |        |        |
|          | Завтрак  |                    |                    |                    |       |       |       |       |        |        |          |          |        |        |
| 3/04     | Бутерброд с сыром                                | 89,48              | 64,64              | 52,24              | 42,24 | 52,24 | 42,24 | 42,24 | 256,65 | 202,72 | 1 854,73 | 1 440,48 |        |        |

| Код      | Наименование   | Завтрак     |             | 20/5   | 12,79  | 9,66    | 13,92  | 12,04    | 67,00    | 50,28  | 444,49 | 348,04 | 3,46 | 2,70 |
|----------|--|-------------|-------------|--------|--------|---------|--------|----------|----------|--------|--------|--------|------|------|
|          |  | 30/5        | 20/5        |        |        |         |        |          |          |        |        |        |      |      |
| 1/04     | Бутерброд с маслом                                   | 30/5        | 20/5        |        |        |         |        |          |          |        |        |        |      |      |
| 311/04   | Каша молочная рисовая жидкая с маслом                | 200/3       | 150/3       |        |        |         |        |          |          |        |        |        |      |      |
| ТТК-198н | Какао с молоком полусладкое                          | 180         | 150         |        |        |         |        |          |          |        |        |        |      |      |
| 697/04   | Второй завтрак<br>Молоко кипяченое                   | 100         | 100         |        |        |         |        |          |          |        |        |        |      |      |
|          | Обед   |             |             |        |        |         |        |          |          |        |        |        |      |      |
| 13/2010  | Салат из свежих огурцов                              | 50          | 40          |        |        |         |        |          |          |        |        |        |      |      |
| 139/04   | Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы          | 200/15      | 150/15      |        |        |         |        |          |          |        |        |        |      |      |
| ТТК-247н | Гречка с говядиной "Батыр"                           | 40/160      | 25/110      |        |        |         |        |          |          |        |        |        |      |      |
| 707/04   | Сок фруктовый разливной                              | 180         | 150         |        |        |         |        |          |          |        |        |        |      |      |
|          | Хлеб белый   | 1/20        | 1/20        |        |        |         |        |          |          |        |        |        |      |      |
|          | Уплотненный полдник                                  |             |             |        |        |         |        |          |          |        |        |        |      |      |
| ТТК-495н | Десерт фруктовый Яблоко                              | 110         | 110         |        |        |         |        |          |          |        |        |        |      |      |
| ТТК-341  | Запеканка "Сладкоежка" с соусом сметанным "Сластена" | 150/15      | 100/30      |        |        |         |        |          |          |        |        |        |      |      |
| 686/04   | Чай с лимоном  | 200/7       | 150/7       |        |        |         |        |          |          |        |        |        |      |      |
|          | Хлеб белый   | 1/20        | 1/20        |        |        |         |        |          |          |        |        |        |      |      |
|          | Хлеб "Дарницкий"                                     | 44,6        | 36,25       |        |        |         |        |          |          |        |        |        |      |      |
|          | <b>Итого стоимость питания в день</b>                | 152,36 руб. | 120,97 руб. |        |        |         |        |          |          |        |        |        |      |      |
|          | <b>Итого</b>   | 352,26      | 275,27      | 274,24 | 227,46 | 1 144,5 | 930,04 | 8 455,41 | 6 868,29 | 415,66 | 336,19 |        |      |      |

|                          | 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   | Дет. сад             | Ясли     | Дет. сад | Ясли     | Дет. сад | Ясли     | Дет. сад              | Ясли   | С            | С |
|                          | 272,25           | 210,25 | 300,90               | 237,95   | 1309,5   | 1015,1   | 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  |              |   |
| <b>Итого за неделю:</b>  |                  |        |                      |          |          |          |          |          |                       |        |              |   |
| <b>В среднем в день:</b> |                  |        |                      |          |          |          |          |          |                       |        |              |   |

Зам. Ген. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

*Мария*  
Г.Н. Мартынова  
*А.Р. Гатина*  
А.Р. Гатина  
*Л.Р. Загидуллина*  
Л.Р. Загидуллина