

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
ООО "Школьное питание"
2025 Р.И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"
МБДОУ "Детский сад
(МБДОУ) "Березка"
(ФИО руководителя)
(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 29.09.2025г. по 03.10.2025 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	С	С
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли				
Пн, 29 сентября 25													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	51,01	45,5	44,55	40,43	229,58	194,41	1 523,44	1 323,5	67,69	56,14
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	10,68	7,82	8,86	7,12	49,26	35,67	319,55	238,05	2,12	1,59
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
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													
20/2010	Салат из белокочанной 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 мякотью птицы	200/15	150/15	8,05	7,50	7,18	6,67	11,15	8,36	141,47	123,45	2,21	1,84
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	50/30	4,24	4,24	6,72	6,72	4,24	4,24	94,38	94,38	1,61	1,61
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-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		
Уплотненный полдник													
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	19,32	17,95	12,42	11,67	114,02	102,89	645,13	588,35	0,55	0,49
510/04	Каша гречневая вязкая	130	110	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	4,03	3,41	4,12	3,49	21,54	18,23	139,36	117,92		
ТТК-458	Ватрушка с повидлом	75	75	0,78	0,58	0,13	0,10	17,55	13,16	74,47	55,85	0,25	0,19
	Хлеб белый	1/20	1/20	4,43	4,43	2,44	2,44	46,88	46,88	227,21	227,21	0,30	0,30
	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													
Вт, 30 сентября 25		170,64 руб.	135,49 руб.	80,07	63,54	61,18	50,36	215,53	179,14	1 732,86	1 423,87	71,32	57,01
Завтрак													
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	10,69	7,01	12,20	9,16	46,39	34,81	338,12	249,70	2,51	1,96
161/04	Суп молочный с рисом	200	150	3,88	1,65	5,90	4,22	15,37	10,27	130,13	85,70	0,04	
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,76	2,82	3,78	2,84	15,74	11,80	111,99	84,00	1,30	0,98
Второй завтрак													
698/04	Простокваша	100	100	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
				3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84

62/11	Обед	Салат из моркови с сахаром	37,89	32,89	26,38	22,02	102,02	84,25	796,97	666,72	47,03	35,28
124/04		Щи из св. кап. с карт. с мясн. фр. Останкин. со сметаной	0,78	0,62	0,06	0,05	6,64	5,31	30,20	24,16	3,00	2,40
ТТК-101н		Котлеты "Любимые"	7,92	7,09	9,46	8,36	7,06	4,89	145,07	123,16	39,23	29,28
ТТК-446		Пюре из бобовых "Янтарное"	8,93	7,98	11,85	9,36	7,65	6,84	172,91	143,50		
707/04		Сок фруктовый разливной	14,70	12,44	4,32	3,65	32,42	27,44	227,34	192,37		
		Хлеб белый	1,00	0,75			20,20	15,15	84,80	63,60	4,80	3,60
		Хлеб "Дарницкий"	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
		Уплотненный полдник	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
ТТК-495н		Десерт фруктовый Яблоко	28,43	20,58	19,96	16,54	62,79	55,75	544,49	454,17	20,94	18,93
40/10, соус 351/10		Пудинг из творога с яблоками с соусом молочным сладким	0,58	0,58	0,58	0,58	13,05	13,05	59,74	59,74	14,50	14,50
ТТК-475		Чай полусладкий с печеньем сахарным	24,65	16,85	12,97	9,56	25,48	19,71	317,22	232,27	6,34	4,36
		Хлеб белый	3,20	3,15	6,41	6,40	24,26	22,99	167,53	162,16	0,10	0,07
		Итого стоимость питания в день	170,64 руб.	135,49 руб.								
		Ср, 01 октября 25	54,61	44,17	38,76	28,82	195,7	161,49	1 350,18	1 081,91	78,59	59,31
		Завтрак	11,09	8,34	7,66	6,36	62,21	46,56	362,17	276,73	2,12	1,65
3/04		Бутерброд с сыром	2,40	1,60	0,90	0,60	15,30	10,20	78,90	52,60		
311/04		Каша молочная манная (жидкая) с маслом	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	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62
		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	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
		Обед	27,24	20,49	18,83	10,32	61,11	48,22	522,93	367,68	72,46	54,41
ТТК-294н		Огурец свежий порциями	2,72	2,17	0,05	0,04	1,28	1,02	16,43	13,15	5,10	4,08
110/04		Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1,80	1,38	3,76	3,01	10,59	7,96	83,43	64,43	22,97	17,19
ТТК - 394		Запеканка картофельная с мясом птицы с маслом	21,10	15,32	14,82	7,07	18,82	13,98	293,11	180,80	44,39	33,14
ТТК-268н		Компот "Фруктово-ягодный" из изюма	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
		Хлеб белый	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
		Уплотненный полдник	13,22	12,28	9,63	9,50	67,32	61,65	408,85	381,27	2,64	1,88
ТТК-2н		Зеленый горошек порциями	1,02	0,68	0,08	0,05	2,91	1,94	16,44	10,96	2,22	1,48
208/10		Макаронные запеченные с яйцом с маслом	7,44	7,44	8,81	8,81	31,30	31,30	234,26	234,26	0,32	0,32
ТТК-475		Чай полусладкий	0,20	0,15	0,05	0,04	5,06	3,79	21,50	16,12	0,10	0,08
		Хлеб белый	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
		Хлеб "Дарницкий"	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, 02 октября 25	64,67	50,07	54,65	48,09	249,54	202,92	1 748,87	1 444,95	66,98	56,82
		Завтрак	13,49	10,19	12,37	10,86	74,02	57,01	461,46	366,62	2,58	2,06
2/04		Бутерброд с повидлом	2,45	1,65	4,52	4,22	21,23	16,13	135,44	109,14	0,10	0,10
311/04		Каша молочная пшеничная с маслом	7,99	6,00	5,33	4,54	37,51	28,14	230,02	177,48	1,31	0,98
ТТК-198н		Какао с молоком полусладкое	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
		Второй завтрак	3,02	3,02	2,70	2,70	4,32	4,32	53,68	53,68	0,86	0,86
698/04		Ацидофилин	3,02	3,02	2,70	2,70	4,32	4,32	53,68	53,68	0,86	0,86
		Обед	17,10	15,12	24,84	22,80	92,07	76,87	660,26	573,23	44,91	35,56
ТТК473		Салат "Зайка"	0,83	0,66	2,58	2,06	5,55	4,44	48,69	38,95	24,86	19,89
131/04		Рассольник ленинградский со сметаной	2,39	1,83	3,79	3,03	10,52	7,96	85,80	66,45	17,53	13,16
ТТК-652, 587/04		Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	5,14	5,14	13,42	13,42	7,45	7,45	171,13	171,13	2,49	2,49
510/04		Каша пшеничная вязкая	3,68	3,11	4,34	3,67	21,07	17,83	138,07	116,83		
ТТК-257н		Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02

	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:			247,85	192,85	271,25	211,60	1176,0	919,30	8100,70	6304,05	225,75	202,85
			49,57	38,57	54,25	42,32	235,19	183,86	1 620,14	1 260,81	45,15	40,57
В среднем в день:												

Зам. Ген. директора по производству и качеству

Г. Н. Фазуллина

Экономист по ценам

А. Р. Гатина

Ведущий инженер-технолог по производству

Л. Р. Загидуллина