

"УТВЕРЖДАЮ"
 Генеральный директор
 ООО "Школьное питание"
 С.И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"
 (Инициалы)
 (ФИО руководителя)
 (подпись)



ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСК с 06.04.2026г. по 10.04.2026г.

№ п/п	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г		Пищевые вещества, г						Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг	
		Дет. сад	Ясли	Белки сад	Ясли	Жиры сад	Ясли	Углеводы сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли
Пн, 06 апреля 26													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	10,68	7,82	8,86	7,12	49,26	35,67	319,55	238,05	2,12	1,59
31/04	Каша молочная "Еркулессова" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	2,40	1,60	0,90	0,60	15,30	10,20	78,90	52,60	1,37	1,03
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	6,63	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,50	149,34	36,11	0,75
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 мякотью птицы	200/15	150/15	8,00	7,46	7,18	6,66	10,85	8,14	140,01	122,36	1,93	1,63
10 Пр. №32.1 от 07.	Фрикадельки рыбные "Калелька" с соусом томатным	50/30	50/30	4,23	4,23	6,72	6,72	4,20	4,20	94,18	94,18	1,57	1,57
520/04	Пюре картофельное	130	110	2,86	2,42	4,26	3,60	19,17	16,22	126,47	107,01	22,51	19,04
ТТК-257н	Напиток "Плодово-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
Уплотненный полдник													
337/04	Ябло 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	4,03	3,41	4,12	3,49	21,54	18,23	139,36	117,92	0,25	0,19
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	0,78	0,58	0,13	0,10	17,56	13,16	74,47	55,85	0,30	0,30
ТТК-458	Ватрушка с повидлом	75	75	4,43	4,43	2,44	2,44	46,88	46,88	227,21	227,21	0,30	0,30
Хлеб "Дарницкий"													
	Хлеб белый	120	120	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.	80,37	64,07	65,08	53,43	214,54	178,69	1765,19	1451,87	76,2	61,31
Вт, 07 апреля 26													
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	3,76	2,82	3,78	2,84	15,74	11,80	111,99	84,00	1,30	0,98
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													
698/04	Простокаваша	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
Обед													
ТТК-359н	Винегрет из овощей (без лука)	50	40	38,19	33,42	30,28	25,09	101,03	83,80	829,30	694,72	51,91	39,58
124/04	Ци из св кап с карт с мясн фрик. Останкин со сметаной	200/25/10	150/25/5	1,08	0,86	3,90	3,12	4,27	3,41	56,47	45,17	10,00	8,00
ТТК-101н	Котлеты "Любимые"	75	50	8,93	7,98	9,52	8,36	8,44	6,34	151,13	130,15	37,11	27,98
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	14,70	12,44	4,32	3,65	32,42	27,44	227,34	192,37		

3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	3,83	3,03	2,28	1,98	15,30	10,20	97,03	70,73	0,04	0,04
302/04	Каша молочная речневая с маслом	200/3	150/3	7,32	5,51	5,21	4,46	39,70	29,80	235,01	181,33	1,28	0,96
ТТК-343н	Кофейный напиток полусливочный	180	150	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62
697/04	Второй завтрак Молоко кипяченое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
13/2010	Обед Салат из свежих огурцов	50	40	2,47	1,98	5,04	4,03	70,66	56,55	517,87	376,01	22,16	16,19
133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	2,05	1,54	2,13	1,59	15,98	11,98	91,23	68,42	19,28	14,46
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	25/25	23,62	11,81	4,59	2,30	3,68	1,84	150,56	75,30	1,20	0,60
ТТК-187а	Каша гречневая вязкая	130	110	3,98	3,37	4,64	3,93	21,48	18,18	143,60	121,51		
ТТК-258к	Напиток "Глодаво-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 белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Уплотненный полдник			15,78	14,98	7,32	7,23	82,04	73,56	457,20	419,28	9,99	8,79
337/04	Ябло вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
687/96	Пирожки печенье с картофелем	75	75	4,70	4,70	1,59	1,59	33,79	33,79	168,31	168,31	5,19	5,19
707/04	Сок фруктовый разливной	200	150	1,00	0,75			20,20	15,15	84,80	63,60	4,80	3,60
	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.	316,02	251,93	241,23	206,65	1140,6	941,61	7997,35	6634,06	322,28	269,15

	Масса порции, г.	Дет. сад	Ясли	Пищевые вещества, г.				Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг			
				Белки	Жиры	Углеводы	Дет. сад	Ясли	С	Ясли			
Итого за неделю:				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	С	Ясли
В среднем в день:				49,20	38,39	54,25	42,33	235,11	183,22	1620,47	1260,17	45,46	40,38

За  Г. Н. Фазульмина
 Эк  А. Р. Галина
 Ве  Л. Р. Загидуллина