

УТВЕРЖДАЮ:  
 Генеральный Директор  
 ООО "Школьное питание"  
 Р.И. Мусина

СОГЛАСОВАНО:  
 (Имя) Негодкина Елена  
 (ФИО руководителя)  
 (подпись)



ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ г. ЗАЙНСК с 20.04.2026г. по 24.04.2026 г.

№ ИД	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		
<b>Пн, 20 апреля 26</b>													
<b>Завтрак</b>													
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	10/68	45/65	8/86	7/12	49/26	35/67	1554/47	1349/97	45/08	37/71
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (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	0/75	0/56
<b>Второй завтрак</b>													
697/04	Молоко кипяченое	100	100	1/65	1/24	1/30	0/98	7/46	5/59	48/15	36/11	0/75	0/56
<b>Обед</b>													
ТТК-357н	Салат "Капустка квашеная" (блюда)	50	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 мякотью птицы	200/15	150/15	18/11	16/82	21/16	19/42	67/68	56/31	533/56	467/34	41/04	34/26
10 Пр №321 от 07	Фриждельки рыбные "Кальежка" с соусом томатным	50/30	50/30	0/90	0/72	2/78	2/22	4/27	3/42	45/66	36/53	15/00	12/00
520/04	Пюре картофельное	130	110	4/23	4/23	6/72	6/72	4/20	4/20	140/01	122/36	1/93	1/63
ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	150	2/86	2/42	4/26	3/60	19/17	16/22	126/47	107/01	22/51	19/04
<b>Уплотненный полдник</b>													
337/04	Рисцо вареное	1 шт	1 шт	1/62	1/62	0/20	0/20	9/76	9/76	47/32	47/32	0/03	0/02
510/04	Каша гречневая вязкая	130	110	19/32	17/95	12/42	11/67	114/02	102/89	645/13	588/35	0/55	0/49
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	5/52	5/52	5/04	5/04	6/74	6/74	67/44	67/44	0/25	0/19
ТТК-458	Ватрушка с повидлом	75	75	4/03	3/41	4/12	3/49	21/54	18/23	139/36	117/92	55/85	0/30
<b>Итого стоимость питания в день</b>													
		1777,47 руб.	140,91 руб.	80,37	64,07	65,08	53,43	214,54	178,69	1765,19	1451,87	76,2	61,31
<b>Вт, 21 апреля 26</b>													
<b>Завтрак</b>													
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	249/10	2/51	1/96
161/04	Суп молочный с рисом	200	150	3/78	1/65	5/90	4/22	15/37	10/27	130/13	85/70	0/04	0/04
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3/05	2/54	2/52	2/10	15/28	12/74	111/99	84/00	1/30	0/98
<b>Второй завтрак</b>													
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
<b>Обед</b>													
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	Щи из св.кап. с карт.с мясн.фрук.Остатки 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	7/92	7/38	9/52	8/36	8/44	6/34	151/13	130/15	37/11	27/98



	Завтрак	Обед	Пищевые вещества, г.										Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг					
			Дет. сад	Ясли	Белки	Ясли	Дет. сад	Ясли	Жиры	Дет. сад	Ясли	Углеводы	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	С	Ясли	С	Ясли
3/04	Бутерброд с сыром		30/5	20/5	3,83	3,03	2,28	1,98	15,30	10,20	442,43	344,05	2,07	1,62						
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 полуслизкий		180	150	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62						
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						
13/20/10	Салат из свежих овощей		50	40	34,25	20,70	16,88	12,11	71,44	57,22	572,85	420,64	25,27	18,88						
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	4,64	3,71						
ТТК-53к	Мафокт 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	0,15	0,11						
ТТК-258к	Напиток "Флодово-ягодный" из урюка		200	150	0,51	0,38	0,08	0,06	19,38	14,53	80,23	60,17	47,32	47,32						
	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	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 печеные 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	0,20	0,20	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.	317,67	253,37	246,25	210,67	1 141,3	942,28	8 052,33	6 678,69	325,39	271,84						

	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.										Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг					
	Дет. сад	Ясли	Белки	Ясли	Дет. сад	Ясли	Жиры	Дет. сад	Ясли	Углеводы	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	С	Ясли	С	Ясли		
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:					317,67	253,37	246,25	210,67	1 141,3	942,28	8 052,33	6 678,69	325,39	271,84						
В среднем в день:					49,53	38,67	54,25	42,13	235,27	183,46	1 610,47	1 260,70	45,08	40,38						

Г. Н. Фазуллина

А. Р. Гатина

Л. Р. Загидуллина