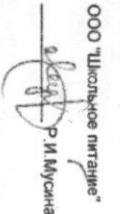


“УТВЕРЖДАЮ”
Генеральный директор
ООО “Школьное питание”

Р. И. Мусина

“СОГЛАСОВАНО”
(подпись)
Э. В. Назарова
(ФИО руководителя)



ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК С 29.12.2025г. по 30.12.2025 г.

№ ПД	Прем пищи, Наименование блюда	Дет. сад	Ясли	Пищевые вещества, г.						Энерг. Ценность, ккал		Витамины, мг	
				Белки		Жиры		Углеводы		Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли				
Пн, 29 декабря 25													
Завтрак													
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	9,24	6,75	11,23	9,80	47,66	34,50	328,73	253,22	3,92	2,94
31/104	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	6,63	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,50	149,34	1,37	1,03
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	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
				Обед									
				32,22	30,09	19,95	16,76	82,67	61,52	639,07	517,26	34,71	26,06
52/11	Салат из свежей отварной	50	40	0,91	0,73	3,06	2,45	5,33	4,27	52,49	41,99	6,06	4,85
134/04	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200/5	150/5	1,77	1,36	4,97	3,91	7,76	5,86	82,81	64,10	25,22	18,92
ТТК - 417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	27,42	26,01	11,70	10,18	40,39	27,06	376,53	303,91	3,40	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		
				Уплотненный полдник									
				12,96	11,29	10,38	9,31	86,55	75,39	487,52	430,56	0,75	0,56
ТТК - 181а	Макароны отварные	130	110	4,59	3,88	4,29	3,63	31,56	26,70	183,26	155,06		
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
ТТК-814	Булочка домашняя	30	30	2,16	2,16	4,10	4,10	18,48	18,48	119,46	119,46		
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
				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.										
Вт, 30 декабря 25													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	13,92	9,43	15,81	12,59	69,38	52,00	475,53	359,02	2,07	1,58
302/04	Каша молочная речная с маслом	200/3	150/3	3,88	1,65	5,90	4,22	15,37	10,27	130,13	85,70	0,04	
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	7,32	5,51	5,21	4,46	39,70	29,80	235,01	181,33	1,28	0,96
707/04	Сок фруктовый разливной	150	150	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62
				0,75	0,75			15,15	15,15	63,60	63,60	3,60	3,60
				0,75	0,75			15,15	15,15	63,60	63,60	3,60	3,60
62/11	Салат из моркови с сахаром	50	40	27,11	20,73	21,35	16,36	93,05	73,01	672,72	522,29	60,83	50,05
	Борщ с капустой и картофелем с мясными фрикадельками	200/25/5	150/25/10	0,78	0,62	0,06	0,05	6,64	5,31	67,72	52,22	24,16	2,40
				7,80	7,38	8,71	8,32	11,06	8,44	153,86	138,20	23,89	18,08
ТТК 491н	Паночки рыбо-крупяные со сметаной	2/40		10,75		7,84		15,74		176,51		1,73	
ТТК 491н	Паночки рыбо-крупяные из минтая		1/40/10		6,05		3,97		9,81		99,21		2,34

520/04	Пюре картофельное	130	110	2,71	2,29	3,97	5,36	12,18	10,30	95,27	80,62	32,06	27,12
ТТК-258к	Напиток "Плодово-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	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Уплотненный полдник			9,38	8,72	11,83	11,11	68,55	63,98	418,19	390,73	14,60	14,57
ТТК-495н	Десерт фруктовый Альпсин	110	110	1,08	1,08			10,08	10,08	44,64	44,64	72	72
ТТК-187а	Каша пшенная вязкая	130	110	3,98	3,37	4,64	3,93	21,48	18,18	143,60	121,51		
ТТК-475	Чай полуслипак с печеньем сахарным	200/20	150/20	3,20	3,15	6,41	6,40	24,26	22,99	167,53	162,16	0,10	0,07
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
Итого стоимость питания в день		170,64 руб.	135,49 руб.										
Итого		108,64	90,92	93,19	78,57	467,07	380,61	3 141,59	2 592,91	121,85	100,73		

	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		
				98,28	76,56	108,38	85,14	470,14	366,62	3241,60	2520,92	90,76	80,74
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:				49,64	38,28	54,19	42,57	235,07	183,61	1 620,80	1 260,46	45,38	40,37
В среднем в день:													

Зав
Экс
Вед





Г. Н. Фазулмина
А. Р. Гатина
Л. Р. Займдullина