

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

 Р.И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

МБДОУ РАДУГА

(№ДОУ)

А.Ф. Гончарова

(ФИО руководителя)


(подпись)



ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 09.01.2024г. по 12.01.2024 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	
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли			Дет. сад	Ясли
Вт, 09 января 24				48,21	36,84	50,99	41,23	242,38	195,74	1 621,28	1 301,34	82,29	66,88
Завтрак				14,22	10,73	16,04	13,80	72,65	54,43	491,86	384,81	2,88	2,22
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	2,27	1,53	4,49	4,21	15,49	10,35	111,49	85,37		
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	9,23	6,93	6,85	5,68	42,85	32,15	269,98	207,45	2,13	1,60
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	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	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
Обед				21,40	14,46	23,18	16,30	93,71	73,01	669,03	496,59	70,53	57,14
43/97	Салат "Степной" из разных овощей	50	40	1,14	0,91	7,55	6,04	3,75	3,00	87,51	70,01	6,05	4,84
110/04	Борщ с капустой и картоф.	200	150	1,75	1,32	3,02	2,26	10,87	8,15	77,64	58,23	23,83	17,87
ТТК491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ.(мексик см)	2/40/10	40/10	11,01	5,63	7,86	3,94	16,65	8,78	181,38	93,13	5,99	5,12
520/04	Пюре картофельное	130	110	2,87	2,43	3,98	3,37	13,03	11,03	99,46	84,16	34,51	29,20
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 "Рябиனுшка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,43		
Уплотненный полдник				9,53	8,59	9,13	8,49	70,96	63,24	404,16	363,71	7,51	6,15
62/11	Салат из моркови с сахаром	50	40	0,83	0,66	0,06	0,05	6,90	5,52	31,49	25,20	3,19	2,55
510/04	Каша гречневая вязкая	130	110	4,03	3,41	4,12	3,49	21,54	18,23	139,36	117,92		
	Сок фруктовый с печеньем сахарным в ассортименте	180/15	150/15	3,15	3,00	4,77	4,77	32,58	29,55	185,85	173,13	4,32	3,60
	Хлеб "Рябиனுшка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
Итого стоимость питания в день		152,36 руб.	120,97 руб.										
Ср, 10 января 24				71,21	54,89	65,7	52,63	222,79	176,12	1 767,42	1 397,8	102,41	76,63
Завтрак				14,82	11,20	14,70	12,61	77,32	59,48	500,97	396,29	3,45	2,72
2/04	Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	2,27	1,53	4,49	4,20	21,35	16,21	134,93	108,80	0,10	0,10
302/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	9,50	7,13	7,69	6,31	40,69	30,53	270,04	207,49	2,18	1,64
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				3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	0,72	0,72
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
Обед				26,36	21,99	32,89	26,18	85,75	69,60	744,46	601,95	77,87	58,92
ттк-996	Салат "Бобовое зёрнышко"	50	40	1,41	1,13	2,60	2,08	6,25	5,00	54,05	43,24	6,37	5,10
148/04	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	8,06	7,50	7,18	6,67	11,17	8,38	141,55	123,51	2,22	1,85
ТТК-404к	Голубцы с мясом и рисом "Ленивые"	200	150	12,67	9,50	22,42	16,80	16,82	12,59	319,75	239,58	68,32	51,25
ТТК-272н	Кисель из концентрата полусладкий	200	150	0,10	0,07			21,48	16,11	86,30	64,73	0,96	0,72

	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46						
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,43						
Уплотненный полдник						27,03	18,70	15,52	11,25	55,58	42,90	470,14	347,71	20,37	14,27		
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	140	100	0,56	0,40	0,56	0,40	12,60	9,00	57,68	41,20	14,00	10,00				
240/10	Пудинг из творога с яблоками с соусом сметанным "Сластена"	150/30	100/30	24,75	16,63	14,73	10,63	27,98	20,17	343,50	242,93	6,27	4,19				
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,20	0,15	0,05	0,04	5,06	3,79	21,50	16,12	0,10	0,08				
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46						
Итого стоимость питания в день				152,36 руб.	120,97 руб.												
Чт, 11 января 24						58,83	49,6	69,52	59,39	205,46	169,83	1 682,84	1 412,09	99,11	79,18		
Завтрак						14,61	11,38	13,82	11,57	66,08	49,48	447,17	347,56	3,08	2,38		
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	3,68	2,94	2,24	1,95	15,42	10,28	96,59	70,46	0,04	0,04				
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	8,21	6,17	6,88	5,71	36,35	27,27	240,19	185,11	2,29	1,72				
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	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	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37				
Обед						28,10	22,77	37,87	30,58	83,07	68,55	785,46	640,42	94,37	75,17		
ТТК-359н	Винегрет из овощей	50	40	0,87	0,70	3,55	2,84	4,01	3,21	51,48	41,18	9,72	7,77				
124/04	Щи из св кап с карт.с мясн фрик.Останкин.со сметаной	200/25/5	150/25/10	7,86	7,56	8,72	9,08	7,31	5,78	139,14	135,03	40,16	30,36				
ТТК-650	Котлеты "Челнинские"	75	50	12,09	8,06	17,09	11,42	9,30	6,20	239,33	159,79	0,56	0,37				
216/04	Картофель тушеный	130	110	3,04	2,57	7,78	6,58	15,87	13,43	145,64	123,24	38,80	32,83				
ТТК-265н	Компот "Фруктово-ягодный" из красной смородины	200	150	0,12	0,09	0,04	0,03	16,55	12,41	67,06	50,29	5,13	3,84				
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46						
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,43						
Уплотненный полдник						13,06	12,39	15,19	14,60	51,25	46,74	393,98	367,88	0,29	0,26		
340/04	Омлет натуральный	53	53	5,06	5,06	6,39	6,39	0,75	0,75	80,75	80,75	0,19	0,19				
510/04	Каша пшеничная вязкая	130	110	4,03	3,41	3,80	3,22	21,10	17,86	134,75	114,02						
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/15	150/15	2,45	2,40	4,82	4,81	19,46	18,19	131,02	125,65	0,10	0,07				
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46						
Итого стоимость питания в день				152,36 руб.	120,97 руб.												
Пт, 12 января 24						84,77	62,82	51,15	41,76	264,62	206,81	1 858,06	1 454,21	53,18	42,85		
Завтрак						12,61	9,54	13,89	12,02	67,12	50,36	443,98	347,70	3,46	2,70		
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	2,27	1,53	4,49	4,21	15,49	10,35	111,49	85,37						
311/04	Каша молочная рисовая жидкая с маслом	200/3	150/3	7,29	5,47	6,88	5,71	36,35	27,27	236,49	182,33	2,29	1,72				
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						3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84		
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				
Обед						38,32	28,76	20,08	15,57	117,91	91,27	805,73	620,21	34,75	25,47		
ТТК-357н	Салат "Капуста квашеная"	50	40	0,89	0,72	2,51	2,01	4,34	3,47	43,51	34,81	14,10	11,28				
139/04	Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы	200/15	150/15	10,66	9,31	6,91	6,45	14,08	9,88	161,20	134,85	14,53	9,35				
ТТК-247к	Гречка с говядиной "Батыр"	40/160	25/110	21,75	14,19	9,97	6,48	51,28	35,25	381,89	256,06	1,80	1,24				
707/04	Сок фруктовый разливной	180	150	0,90	0,75			18,18	15,15	76,32	63,60	4,32	3,60				
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46						
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,43						
Уплотненный полдник						30,78	21,46	14,54	11,53	75,26	60,85	555,07	433,02	14,13	13,84		
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,00	9,00	41,20	41,20	10,00	10,00				
ТТК-341	Запеканка "Сладкоежка" с соусом сметанным "Сластена"	150/15	100/30	28,59	19,32	13,90	10,90	41,04	30,39	403,68	296,98	0,83	0,57				
686/04	Чай с лимоном	200/7	150/7	0,27	0,22	0,06	0,05	15,28	11,52	62,73	47,38	3,30	3,27				
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46						
Итого стоимость питания в день				152,36 руб.	120,97 руб.												
Итого						263,02	204,15	237,36	195,01	935,25	748,5	6 929,6	5 565,44	336,99	265,54		

	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
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:			216,64	168,16	241,36	188,72	1044,9	812,52	7328,16	5677,44	201,00	181,16
В среднем в день:			54,16	42,04	60,34	47,18	261,23	203,13	1 832,04	1 419,36	50,25	45,29

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

