

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"
Р.И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

МБДОУ РАДУГА

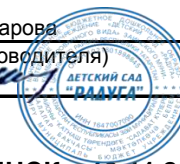
(№ДОУ)

А.Ф. Гончарова

(ФИО руководителя)

Мусина

(подпись)



ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 13.11.2023г. по 17.11.2023 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 | |
| Пн, 13 ноября 23 | | | | 60,49 | 51,4 | 66,56 | 55,61 | 245,92 | 205,04 | 1 824,71 | 1 526,2 | 68,9 | 52,36 | |
| Завтрак | | | | 14,01 | 10,69 | 11,96 | 9,79 | 52,76 | 38,29 | 374,76 | 284,05 | 3,08 | 2,32 | |
| 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 "Геркулесовая" (жидкая) с маслом | 200/3 | 150/3 | 8,68 | 6,51 | 8,42 | 6,86 | 29,88 | 22,42 | 230,02 | 177,48 | 2,29 | 1,72 | |
| 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 | | | | 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 | | | | 27,16 | 22,20 | 40,12 | 31,99 | 92,12 | 73,42 | 838,19 | 670,35 | 64,06 | 48,30 | |
| ТТК № 130 | Салат "Метелка" | 50 | 40 | 0,92 | 0,74 | 5,05 | 4,04 | 3,43 | 2,75 | 62,88 | 50,30 | 21,44 | 17,15 | |
| 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 | |
| ТТК-393К | Запеканка картофельная с мясом "По- домашнему" с маслом | 180/5 | 130/5 | 14,00 | 10,12 | 27,16 | 20,63 | 31,26 | 22,60 | 425,43 | 316,51 | 35,56 | 25,68 | |
| 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 | | | | 16,26 | 15,45 | 11,84 | 11,19 | 95,98 | 88,27 | 555,53 | 515,57 | 0,39 | 0,37 | |
| 337/04 | Яйцо вареное | 1 шт | 1 шт | 5,52 | 5,52 | 5,04 | 5,04 | | | 67,44 | 67,44 | | | |
| 510/04 | Каша гречневая вязкая | 130 | 110 | 4,03 | 3,41 | 4,12 | 3,49 | 21,54 | 18,23 | 139,36 | 117,92 | | | |
| ТТК-253н | Чай "Витаминный" полусладкий | 200 | 150 | 0,76 | 0,57 | 0,06 | 0,04 | 17,62 | 13,22 | 74,06 | 55,54 | 0,09 | 0,07 | |
| 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 "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 | | | | 146,5 руб. | 116,32 руб. | | | | | | | | | |
| Вт, 14 ноября 23 | | | | 81,97 | 67,06 | 63,07 | 56,02 | 274,37 | 227,16 | 1 992,93 | 1 680,97 | 68,99 | 56,28 | |
| Завтрак | | | | 15,19 | 11,84 | 15,72 | 13,73 | 69,29 | 51,99 | 479,39 | 378,91 | 3,45 | 2,70 | |
| 3/04 | Бутерброд с маслом с сыром | 30/5/5 | 20/5/5 | 3,74 | 3,00 | 5,91 | 5,62 | 15,49 | 10,35 | 130,13 | 104,00 | 0,04 | 0,04 | |
| ТТК-301 | Каша молочная "Дружба" (жидкая) с маслом | 200/3 | 150/3 | 8,40 | 6,30 | 7,29 | 6,01 | 38,52 | 28,90 | 253,26 | 194,91 | 2,24 | 1,68 | |
| 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 | | | | 27,81 | 24,23 | 26,06 | 23,20 | 103,48 | 87,75 | 759,65 | 656,66 | 50,03 | 38,25 | |
| 52/11 | Салат из свеклы отварной | 50 | 40 | 0,91 | 0,73 | 3,06 | 2,45 | 5,33 | 4,27 | 52,49 | 41,99 | 6,06 | 4,85 | |
| 124/04 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 200/10 | 150/5 | 1,95 | 1,39 | 4,57 | 3,05 | 8,09 | 5,96 | 81,28 | 56,88 | 36,71 | 27,34 | |
| ТТК-652 | Фрикадельки "Особые" с соусом томатным | 50/30 | 50/30 | 5,13 | 5,13 | 13,42 | 13,42 | 7,41 | 7,41 | 170,93 | 170,93 | 2,46 | 2,46 | |
| ТТК-446 | Пюре из бобовых "Янтарное" | 130 | 110 | 14,70 | 12,44 | 4,32 | 3,65 | 32,42 | 27,44 | 227,34 | 192,37 | | | |
| 707/04 | Сок фруктовый разливной | 200 | 150 | 1,00 | 0,75 | | | 20,20 | 15,15 | 84,80 | 63,60 | 4,80 | 3,60 | |

| Пт, 17 ноября 23 | | | | 60,81 | 52,22 | 69,27 | 59,62 | 260,57 | 216,86 | 1 908,97 | 1 612,94 | 64,86 | 56,94 |
|---------------------------------------|--|------------|-------------|--------|--------|--------|--------|---------|---------|----------|----------|--------|--------|
| Завтрак | | | | 15,49 | 12,03 | 14,40 | 12,67 | 72,28 | 54,12 | 480,72 | 378,62 | 2,92 | 2,26 |
| 3/04 | Бутерброд с маслом с сыром | 30/5/5 | 20/5/5 | 3,74 | 3,00 | 5,91 | 5,62 | 15,49 | 10,35 | 130,13 | 104,00 | 0,04 | 0,04 |
| 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 | 2,52 | 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 | 100 | 100 | 3,06 | 3,06 | 2,64 | 2,64 | 5,06 | 5,06 | 56,23 | 56,23 | 1,37 | 1,37 |
| Обед | | | | 27,46 | 21,68 | 29,58 | 21,66 | 111,60 | 91,10 | 822,40 | 646,07 | 28,73 | 21,87 |
| ТТК-359н | Винегрет из овощей | 50 | 40 | 0,92 | 0,72 | 3,55 | 2,84 | 3,96 | 3,11 | 51,47 | 40,89 | 8,89 | 7,04 |
| 133/04 | Суп картофельный с рыбными консервами | 200/25 | 150/25 | 5,69 | 5,18 | 4,47 | 3,93 | 15,98 | 11,98 | 126,85 | 104,04 | 19,28 | 14,46 |
| ТТК-739к | Котлеты "Татарские" | 75 | 50 | 12,09 | 8,06 | 17,09 | 11,06 | 9,30 | 6,20 | 239,33 | 156,55 | 0,56 | 0,37 |
| 516/04 | Макаронные изделия отварные | 130 | 110 | 4,64 | 3,93 | 3,78 | 3,20 | 31,67 | 26,79 | 179,30 | 151,72 | | |
| ТТК-268н | Компот "Фруктово-ягодный" из изюма | 200 | 150 | | | | | 20,66 | 15,50 | 82,64 | 61,98 | | |
| | 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 | | | | 14,80 | 15,45 | 22,65 | 22,65 | 71,63 | 66,58 | 549,62 | 532,02 | 31,84 | 31,44 |
| 337/04 | Яйцо вареное | 1 шт | 1 шт | 6,10 | 6,10 | 5,52 | 5,52 | 0,34 | 0,34 | 75,41 | 75,41 | | |
| 261/2004 | Картофельное пюре запеченное с маслом | 150/5 | 150/5 | 4,38 | 4,38 | 11,23 | 11,23 | 23,87 | 23,87 | 214,11 | 214,11 | 27,84 | 27,84 |
| 707/04 | Сок фруктовый с печеньем сахарным в ассортименте | 200/18 | 150/18 | 2,80 | 3,45 | 5,72 | 5,72 | 37,48 | 32,43 | 212,64 | 195,04 | 4,00 | 3,60 |
| | 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 | | 146,5 руб. | 116,32 руб. | | | | | | | | | | |
| Итого | | | | 339,14 | 266,23 | 293,04 | 247,41 | 1 232,8 | 1 016,1 | 8 925,48 | 7 355,74 | 351,04 | 288,38 |

| | 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: | | | 271,90 | 211,25 | 300,80 | 235,95 | 1306,4 | 1016,1 | 9025,5 | 7085,75 | 251,05 | 225,95 |
| В среднем в день: | | | 54,38 | 42,25 | 60,16 | 47,19 | 261,28 | 203,22 | 1 805,10 | 1 417,15 | 50,21 | 45,19 |

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

