

"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 26.02.2024г. по 01.03.2024 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 |
| Пн, 26 февраля 24 | | | | 57,7 | 48,03 | 52,46 | 43,43 | 225,92 | 200,9 | 1 606,59 | 1 386,62 | 53,42 | 43,26 |
| 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 | | | | 24,37 | 18,83 | 26,02 | 19,81 | 72,12 | 69,28 | 620,07 | 530,77 | 48,58 | 39,20 |
| ТТК-130 | Салат "Метелка" | 50 | 40 | 0,82 | 0,65 | 5,05 | 4,04 | 3,21 | 2,57 | 61,51 | 49,21 | 17,63 | 14,10 |
| 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-1026 | Биточки рыбные "Морячка" | 75 | 50 | 9,99 | 4,42 | 9,18 | 4,85 | 5,48 | 2,42 | 144,53 | 71,01 | 1,38 | 0,59 |
| 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-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 | 1,06 | 2,27 | 0,13 | 0,45 | 6,92 | 17,58 | 33,03 | 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 | | 152,36 руб. | 120,97 руб. | | | | | | | | | | |
| Вт, 27 февраля 24 | | | | 82,17 | 65,98 | 61,89 | 49,53 | 237,29 | 205,9 | 1 834,71 | 1 533,1 | 60,31 | 49,31 |
| Завтрак | | | | 10,55 | 8,36 | 12,21 | 10,56 | 46,51 | 34,89 | 338,12 | 268,00 | 2,51 | 2,00 |
| 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 |
| 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 | | | | 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 | | | | 33,10 | 27,08 | 29,34 | 20,83 | 92,06 | 86,47 | 764,61 | 641,61 | 42,29 | 31,98 |
| 52/11 | Салат из свеклы отварной | 50 | 40 | 0,97 | 0,78 | 3,06 | 2,45 | 5,68 | 4,55 | 54,17 | 43,34 | 6,46 | 5,17 |
| 124/04 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 200/10 | 150/5 | 1,76 | 1,26 | 4,56 | 3,04 | 7,60 | 5,61 | 78,48 | 54,86 | 30,47 | 22,84 |
| 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 |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------------------------------|---|-------------|-------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|----------|----------|-------|-------|
| 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 | | |
| | 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 | 1,06 | 2,27 | 0,13 | 0,45 | 6,92 | 17,58 | 33,03 | 83,43 | | | | |
| Уплотненный полдник | | | | | | 35,46 | 27,48 | 17,70 | 15,50 | 94,39 | 80,21 | 678,70 | 570,21 | 14,67 | 14,49 |
| ТТК-495н | Десерт фруктовый Яблоко | 140 | 140 | 0,56 | 0,56 | 0,56 | 0,56 | 12,60 | 12,60 | 57,68 | 57,68 | 14,00 | 14,00 | | |
| ТТК-302н | Галушки "Снежок" | 200 | 150 | 30,93 | 23,00 | 12,14 | 9,95 | 52,39 | 39,48 | 442,54 | 339,42 | 0,57 | 0,42 | | |
| 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. | | | | | | | | | | | | |
| Ср, 28 февраля 24 | | | | | | 52,61 | 39,84 | 60,24 | 46,53 | 206,41 | 179,81 | 1 578,17 | 1 297,27 | 65,14 | 47,79 |
| Завтрак | | | | | | 14,41 | 11,21 | 10,76 | 9,03 | 65,71 | 49,17 | 417,39 | 322,74 | 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 | 2,52 | 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 | | | | | | 24,94 | 15,76 | 36,27 | 24,33 | 86,40 | 78,58 | 771,64 | 596,25 | 58,05 | 42,16 |
| 62/11 | Салат из моркови с сахаром | 50 | 40 | 0,62 | 0,50 | 0,05 | 0,04 | 5,81 | 4,65 | 26,16 | 20,92 | 2,40 | 1,92 | | |
| 110/2004 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | | 150/5 | | 1,35 | | 3,03 | | 8,31 | | 65,95 | | 14,56 | | |
| 110/2004 | Борщ с капустой и картофелем с мясными фрикадельками "Останкинские" со сметаной | 200/25/5 | | 7,74 | | 8,75 | | 11,81 | | 156,92 | | 20,09 | | | |
| 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-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 | 1,06 | 2,27 | 0,13 | 0,45 | 6,92 | 17,58 | 33,03 | 83,43 | | | | |
| Уплотненный полдник | | | | | | 10,20 | 9,81 | 10,57 | 10,53 | 49,24 | 47,00 | 332,91 | 322,05 | 2,64 | 1,88 |
| ТТК-2н | Зеленый горошек порциями | 15 | 10 | 1,02 | 0,68 | 0,08 | 0,05 | 2,91 | 1,94 | 16,44 | 10,96 | 2,22 | 1,48 | | |
| 208/10 | Макароны запеченные с яйцом с маслом | 150/5 | 150/5 | 7,46 | 7,46 | 10,26 | 10,26 | 31,33 | 31,33 | 247,51 | 247,51 | 0,32 | 0,32 | | |
| 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, 29 февраля 24 | | | | | | 60,56 | 48,6 | 55,04 | 47,86 | 228,51 | 198,59 | 1 651,66 | 1 419,56 | 57,79 | 48,3 |
| Завтрак | | | | | | 15,26 | 11,53 | 14,02 | 12,10 | 77,36 | 59,51 | 496,77 | 393,14 | 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 | | |
| 311/04 | Каша молочная пшеничная с маслом | 200/3 | 150/3 | 9,94 | 7,46 | 7,01 | 5,80 | 40,73 | 30,56 | 265,84 | 204,34 | 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 | | | | | | 3,02 | 3,02 | 2,70 | 2,70 | 4,32 | 4,32 | 53,68 | 53,68 | 0,86 | 0,86 |
| 698/04 | Ацидофилин | 100 | 100 | 3,02 | 3,02 | 2,70 | 2,70 | 4,32 | 4,32 | 53,68 | 53,68 | 0,86 | 0,86 | | |
| Обед | | | | | | 15,28 | 14,90 | 24,55 | 22,71 | 83,53 | 80,99 | 616,12 | 587,95 | 29,84 | 23,09 |
| ттк№357н | Салат "Капуста квашеная" | 50 | 40 | 0,88 | 0,70 | 2,51 | 2,01 | 4,26 | 3,40 | 43,11 | 34,49 | 14,00 | 11,20 | | |
| 132/2004 | Рассольник ленинградский со сметаной | 200/5 | 155 | 2,51 | 1,80 | 3,95 | 2,96 | 14,50 | 10,26 | 103,60 | 74,87 | 13,35 | 9,41 | | |
| 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 | | |
| 510/04 | Каша пшенная вязкая | 130 | 110 | 3,68 | 3,11 | 4,34 | 3,67 | 21,07 | 17,83 | 138,07 | 116,83 | | | | |
| 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 "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 | 1,06 | 2,27 | 0,13 | 0,45 | 6,92 | 17,58 | 33,03 | 83,43 | | | | |
| Уплотненный полдник | | | | | | 27,00 | 19,15 | 13,77 | 10,35 | 63,30 | 53,77 | 485,09 | 384,79 | 23,64 | 21,63 |
| ТТК-495н | Десерт фруктовый Яблоко | 140 | 140 | 0,56 | 0,56 | 0,56 | 0,56 | 12,60 | 12,60 | 57,68 | 57,68 | 14,00 | 14,00 | | |
| 40/10, соус 351/10 | Пудинг из творога с яблоками с соусом молочным сладким | 150/15 | 100/30 | 24,65 | 16,85 | 12,97 | 9,56 | 25,48 | 19,71 | 317,22 | 232,27 | 6,34 | 4,36 | | |
| 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. | | | | | | | | | | |
| Пт, 01 марта 24 | | | | 71 | 55,22 | 55,48 | 49,85 | 246,41 | 215,24 | 1 769,04 | 1 530,46 | 71,9 | 61,5 |
| 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 | | | | 37,78 | 25,71 | 17,22 | 13,32 | 100,66 | 92,70 | 708,75 | 593,47 | 34,97 | 26,43 |
| ттк-359 н | Винегрет из овощей (без лука) | 50 | 40 | 1,07 | 0,86 | 3,89 | 3,12 | 4,43 | 3,54 | 57,04 | 45,64 | 9,95 | 7,96 |
| 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-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 |
| 516/04 | Макаронные изделия отварные | 130 | 110 | 4,64 | 3,93 | 3,78 | 3,20 | 31,67 | 26,79 | 179,30 | 151,72 | | |
| ТТК-271н | Компот "Фруктово-ягодный" из свежих яблок | 200 | 150 | 0,18 | 0,14 | 0,18 | 0,14 | 28,04 | 21,03 | 114,51 | 85,88 | 4,54 | 3,41 |
| | 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 | 1,06 | 2,27 | 0,13 | 0,45 | 6,92 | 17,58 | 33,03 | 83,43 | | |
| Уплотненный полдник | | | | 14,67 | 14,42 | 21,22 | 21,22 | 68,41 | 63,36 | 523,34 | 502,14 | 32,64 | 31,44 |
| 337/04 | Яйцо вареное | 1 шт | 1 шт | 5,52 | 5,52 | 5,04 | 5,04 | | | 67,44 | 67,44 | | |
| 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 | 150/15 | 3,25 | 3,00 | 4,77 | 4,77 | 34,60 | 29,55 | 194,33 | 173,13 | 4,80 | 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 | | 152,36 руб. | 120,97 руб. | | | | | | | | | | |
| Итого | | | | 324,04 | 257,67 | 285,11 | 237,2 | 1 144,5 | 1 000,4 | 8 440,17 | 7 167,01 | 308,56 | 250,16 |

| | 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: | | | 271,35 | 210,85 | 301,40 | 235,80 | 1307,1 | 1016,0 | 9042,35 | 7142,75 | 250,90 | 227,70 |
| В среднем в день: | | | 54,27 | 42,17 | 60,28 | 47,16 | 261,41 | 203,19 | 1 808,47 | 1 428,55 | 50,18 | 45,54 |

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

