

"ПЕРВЫЙ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

г. Москва

"КОРПОРАТИВНО"
Менеджер по продажам "Школьное"

Генеральный директор

г. Москва

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСК С 06.07.2026г. по 10.07.2026 г.

№ п/п	Приним. лица, Наименование блюда	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				
Пн, 06 июля 26													
Завтрак													
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71		
31/104	Каша молочная "Пшенично-овсяная" (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-25/3	Напиток "Пшенично-овсяный"	200	150	0,12	0,06	0,03	0,39	4,35	4,35	24,23	19,17	0,65	1,91
Второй завтрак													
69/704	Молоко иезиленое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
Обед													
ТТК-62	Салат из отварной свеклы	50	40	0,87	0,70	7,61	6,09	5,13	4,10	92,47	73,98	5,83	4,66
1340/3	Суп гороховый с супрой со сметаной	200/5	150/5	1,92	1,49	7,61	5,94	7,61	5,94	105,97	82,49	24,75	18,30
ТТК-417	Плов "Золотой пудинг"	50/150	50/100	33,28	30,89	18,71	15,82	51,80	34,66	508,71	404,64	3,45	2,30
ТТК-25/3	Напиток "Пшенично-овсяный" из супруфруктов	200	150	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,82	59,84	0,83	0,62
ТТК-25/3	Хлеб белый	100	100	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
Употребленный полиник													
33/704	Яблоко вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,94	5,94			67,44	67,44		
ТТК - 181а	Макаронные изделия	130	110	4,59	3,88	4,29	3,83	31,56	26,70	183,28	155,06		
ТТК-437	Чай полусладкий с лимоном	200	150	1,85	1,41	1,30	0,86	7,46	5,99	46,15	36,11	0,75	0,56
ТТК-634	Варенье домашнее	30	30	2,16	2,16	4,10	4,10	16,48	16,48	119,46	119,46		
ТТК-634	Хлеб белый	120	120	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
ТТК-634	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.	140,81 руб.	50,57	39,03	87,04	47,97	244,89	203,99	1.695,24	1.403,81	75,63	69,83
Вт, 07 июля 26													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	3,88	1,65	5,90	4,22	15,37	10,27	130,13	85,70	0,04	0,04
32/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	7,32	5,97	5,21	4,46	39,70	30,80	235,61	181,33	1,28	0,96
ТТК-34/3	Напиток "Пшенично-овсяный"	180	150	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62
Второй завтрак													
69/04	Рыбная	100	100	3,09	3,09	6,18	6,18	4,22	4,22	84,87	84,87	0,31	0,31
Обед													
11/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	200/5	2,62	2,92	7,26	7,26	11,59	12,39	123,39	22,88	22,88	22,88
ТТК-49/3	Паштет рыбный с грибами из сметаны	240	240	10,74						178,81			
ТТК-49/3	Паштет рыбный с грибами из сметаны	140/10		6,05						99,21			2,34
ТТК-110	Плов "Золотой пудинг"	130	110	3,74	3,17	3,17	6,21	11,78	9,81	128,17	108,43	28,07	23,75
ТТК-2/3	Зеленый горошек порианом (доп гарнир)	15	10	1,02	0,68	0,08	0,05	3,63	2,36	18,93	12,62	2,22	1,48
ТТК-25/3	Напиток "Пшенично-овсяный" из укрова	200	150	0,51	0,38	0,08	0,06	19,38	14,53	80,23	60,17	0,15	0,11
ТТК-634	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
ТТК-634	Хлеб белый	120	120	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
Употребленный полиник													
ТТК-49/3	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-187а	Каша гречневая вязкая	130	110	3,98	3,37	4,64	3,93	21,48	18,15	143,60	121,51		
ТТК-49/3	Суп фруктовый с фруктами в ассортименте	180/20	150/20	3,00	3,75	6,36	6,36	37,38	34,34	222,38	209,64	4,32	3,60
ТТК-49/3	Хлеб белый	120	120	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
Итого стоимость питания в день													
		177,47 руб.	140,81 руб.	104,64	91,8	87,54	59,69	217,12	181,61	1.894,89	1.630,73	54,6	43,03
Ср, 08 июля 26													
Завтрак													
2/04	Бутерброд с колбасой	30/5/10/5	20/5/10/5	10,75	8,13	12,16	10,71	69,48	53,61	430,41	343,33	2,64	2,11
31/104	Каша молочная рисовая жидкая с маслом	200/3	150/3	5,25	3,94	5,12	4,39	32,97	24,74	198,97	154,19	1,37	1,03
ТТК-198/3	Каша с маслом полусладкая	180	150	3,05	2,64	2,64	2,64	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
Второй завтрак													
69/704	Молоко иезиленое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
Обед													
14/10	Салат из овощей помидора	50	40	0,39	0,31	4,56	3,65	2,65	2,12	53,17	42,54	6,40	5,12
14/804	Суп лапша домашняя с мясным фаршем и овощами	200/25	150/25	22,59	22,34	21,31	20,48	8,91	8,91	317,76	306,42	2,24	1,84
ТТК-338/3	Резь из ветчины птицы	50/150	50/100	30,75	30	13,05	10,61	16,57	12,64	306,73	286	30,77	21,56
ТТК-503	Напиток "Пшенично-овсяный" ассорти	200	150	0,51	0,31	0,01	0,01	16,66	12,50	60,73	50,05	0,20	0,15
Употребленный полиник													
ТТК-49/3	Десерт фруктовый Банан	100	100	35,47	26,33	13,61	11,40	88,03	77,74	616,54	518,84	10,88	10,88
ТТК - 341/3	Творожник "Заря" с супрой сметаной "Пастизан"	150/15	100/30	27,71	19,17	12,37	10,29	27,92	22,33	333,89	258,29	0,88	0,80
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,20	0,15	0,05	0,04	5,66	3,79	21,50	16,12	0,10	0,08
ТТК-634	Хлеб белый	120	120	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
ТТК-634	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.	140,81 руб.	71,25	54,82	72,68	54,91	228,47	185,19	1.844,15	1.453,19	56,87	46,52
Чт, 09 июля 26													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	11,29	8,51	10,72	8,90	62,58	48,87	391,35	301,65	2,12	1,65
31/104	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	6,47	4,64	5,12	4,39	32,97	24,74	202,66	156,96	1,37	1,03
ТТК-34/3	Напиток "Пшенично-овсяный"	180	150	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62
Второй завтрак													
69/04	Простокваша	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
Обед													
ТТК-51/3	Салат "Свежесть"	50	40	1,25	1,00	3,56	2,85	5,44	4,35	58,80	47,04	37,50	30,00
13/04	Суп картофельный с кабачком и сметаной	200/16	150/25	26,37	13,79	18,31	11,03	15,66	11,76	308,93	203,47	11,48	9,84
ТТК-992	Макароны "Трубочки" в соусе	40/50	25/25	13,60	8,33	16,22	9,60	4,23	2,12	217,34	128,18	1,41	0,71
91/04	Каша пшеничная вязкая	130	110	2,64	2,24	3,61	3,05	20,66	17,48	125,69	106,35		
ТТК-25/3	Напиток "Пшенично-овсяный" из супруфруктов	200	150	0,60	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,82	59,84	0,83	0,62
ТТК-634	Хлеб белый	120	120	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
ТТК-634	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
Употребленный полиник													
34/04	Сметанная запеканка	53	53	5,06	5,06	6,39	6,39	0,75	0,75	80,75	80,75	0,19	0,19
61/00/3	Каша пшеничная вязкая	130	110	4,03	3,41	3,60	3,12	21,10	17,86	134,75	114,02		
68/04	Чай с лимоном с лимонным сахаром в ассортименте	200/720	150/720	3,27	3,22	6,42	6,41	34,48	30,72	208,77	193,42	3,30	3,27
ТТК-634	Хлеб белый	120	120	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
Итого стоимость питания в день													
		177,47 руб.	140,81 руб.	78,22	59,39	65,72	73,38	260,72	210,19	2.217,27	1.738,44	101,32	83,93
Пт, 10 июля 26													
Завтрак													
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	3,60	2,80	8,25	7,95	16,45	11,35	154,45	128,15		
31/104	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	9,45	7,27	8,25	7,29	38,22	28,84	284,95	210,05	1,31	0,98
ТТК-198/3	Каша с маслом полусладкая	180	150	3,05	2,64	2,64	2,64	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
Второй завтрак													
69/704	Молоко иезиленое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
Обед													
13/2010	Салат из свежих овощей	50	40	2,47	1,98	7,60	6,08	1,16	0,93	82,90	66,32	4,64	3,71
1340/3	Щи из свежих капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/5	3,20	2,28	8,90	6,75	7,66	5,62	119,93	89,33	28,22	28,66
ТТК-54/3	Пюре из картофеля	75	50	10,56	7,08	18,66	12,07	13,20	8,85	283,30	172,31		
ТТК-25/3	Напиток "Пшенично-овсяный"	130	110	0,60	0,60	15,55	13,16	20,81	16,84	246,77	206,81	38,80	32,63
ТТК-27/3	Варенье из коньячного полулария	200	150	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
ТТК-634	Хлеб белый	120	120	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
Употребленный полиник													
ТТК-49/3	Десерт фруктовый Яблоко	140	140	0,70	0,70	0,70	0,70	16,10	16,10	73,50	73,50	14,00	14,00
ТТК-57/3	Пюре из картофеля/Пюре из помидора	180/20	100/30	25,75	17,17	21,81	14,54	58,27	44,71	532,40	378,36	0,76	0,60
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,27	0,20	0,06	0,05	5,07	3,80	21,84	16,41	0,16	0,08
ТТК-634	Хлеб белый	120	120	1,94	1,94	0,23	0,23	11,65	11,65	56,43	56,43		
ТТК-634	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	3,03	2,47	0,67	0,54	19,18	15,90	94,86	77,10		
Итого стоимость питания в день													
		177,47 руб.	140,81 руб.	119,20	92,83	104,50	104,50	378,36	318,36	3.456,36	2.836,36	140,36	110,36

№ п/п	Приним. лица, Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг	
		Дет. сад	Ясли	Белки		Жиры		Углеводы					