

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСК С 13.04.2026г. по 17.04.2026г.

№ ИД	Пример пищи, Наименование блюда	Масса порции, г.						Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность, ккал			Витамины, мг								
		Дет. сад		Ясли		Белки		Жиры		Углеводы		Дет. сад	Ясли	С	С	С									
		Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли														
Пн, 13 апреля 26																									
304	Бутерброд с маслом	305	205	245	185	452	423	15,37	10,27	112,00	85,71														
31104	Каша молочная (кислая) с маслом	2003	1503	603	498	4,08	5,94	26,30	19,80	102,50	145,34	1,37	1,01												
ТТК-253а	Корейский салат с морепродуктами	180	150	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,53	110,39	91,99	0,75	0,62												
Второй завтрак																									
69704	Молочко кипяченое	100	100	3,08	3,08	2,64	2,64	5,08	5,08	56,23	56,23	1,37	1,37												
Обед																									
5011	Салат из свежих овощей	50	40	0,97	0,78	3,08	2,46	5,48	4,36	54,17	43,34	0,48	0,37												
13404	Суп картофельный с грибами со сметаной	2005	155	1,75	1,34	5,91	3,95	8,72	5,58	89,96	67,22	23,22	17,42												
ТТК-417	Пюре "Полдано-кисломолочное"	60706	50706	27,35	20,98	11,89	10,61	45,01	40,51	274,48	202,67	3,04	2,03												
ТТК-257г	Напиток "Полдано-кисломолочный" из суфлуртопа	200	150	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	73,62	59,84	0,93	0,52												
Клещ Белый																									
Углепильный полдник																									
32704	Яблоко свежее	1шт	1шт	5,52	5,52	0,04	0,04			67,44	67,44														
ТТК-181а	Макаронные изделия	130	110	4,59	3,88	4,20	3,83	31,56	26,70	183,28	155,08														
ТТК-437	Чай полдниковый с молоком	200	150	1,65	1,24	1,50	0,98	7,48	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56												
ТТК-547	Булочка мажорская	30	30	2,16	2,16	4,10	4,10	18,45	18,45	119,48	119,48														
Клещ Белый																									
Клещ "Дремучий"																									
Итого стоимость питания в день																									
		177,47 руб.		140,91 руб.		48,68		37,12		57,47		48,73		252,55		207,75		1722,58		1400,71		74,42		43,33	
Ср, 15 апреля 26																									
304	Бутерброд с маслом с сыром	30/55	20/55	3,88	1,85	5,90	4,22	15,37	10,27	130,13	85,70														
31104	Каша молочная (кислая) с маслом	2003	1503	7,32	5,51	5,21	4,56	20,70	19,80	102,50	145,37	1,38	1,06												
ТТК-345а	Корейский салат с морепродуктами	180	150	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,53	110,39	91,99	0,75	0,62												
Второй завтрак																									
69804	Рисовая	100	100	3,09	3,09	6,18	6,18	4,22	4,22	84,87	84,87	0,31	0,31												
Обед																									
ТТК-628а	Салат "Сельский"	50	40	2,11	1,30	23,72	16,91	97,73	78,64	697,42	620,08	63,72	43,84												
1102004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	2005	1505	1,83	1,40	3,80	3,04	11,83	8,45	88,03	66,76	21,85	16,38												
ТТК-490а	Паштет рыбный с картофелем	200	150	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,80	89,33	72,61														
Клещ Белый																									
Углепильный полдник																									
ТТК-491а	Пюре картофельное	10/40	10			0,05	0,05	3,97	3,97	9,81	9,81														
60004	Пюре картофельное	130	110	2,88	2,42	4,88	3,88	19,17	16,22	126,47	107,61	2,34	1,68												
ТТК-256а	Напиток "Полдано-кисломолочный" из укропа	200	150	0,51	0,38	0,08	0,08	19,38	14,53	80,23	60,17	0,15	0,11												
Клещ Белый																									
Углепильный полдник																									
ТТК-456а	Доклад фруктовый Яблочный	140	140	0,08	0,30	11,78	11,05	81,22	74,80	470,98	436,15	18,32	17,60												
ТТК-187а	Каша (рисовая) вязкая	130	110	3,98	3,37	4,84	3,93	21,48	18,18	143,60	121,51														
Клещ Белый																									
Итого стоимость питания в день																									
		177,47 руб.		140,91 руб.		82,44		69,39		48,76		40,75		200,27		161,3		1555,67		1289,47		113,13		100,79	
Пн, 16 апреля 26																									
304	Бутерброд с маслом	30/108	20/108	10,75	8,13	12,16	10,71	69,48	53,61	430,41	343,33	2,84	2,11												
31104	Каша молочная (кислая) с маслом	2003	1503	2,45	1,85	4,52	4,22	15,37	10,27	130,13	85,70	1,01	0,76												
ТТК-198а	Каша с мякотью персиков с маслом	180	150	3,05	2,54	2,62	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98												
Второй завтрак																									
69704	Молочко кипяченое	100	100	3,08	3,08	2,64	2,64	5,08	5,08	56,23	56,23	1,37	1,37												
Обед																									
ТТК-387а	Салат "Капустя кисельный" (Белый)	50	40	0,90	0,72	2,78	2,22	4,27	3,42	45,66	36,53	15,00	12,00												
14804	Суп мясной с макаронами и сметаной фрикадельками	2005	1505	4,48	3,36	8,21	7,78	23,66	20,01	110,05	103,34	1,56	1,02												
ТТК-388а	Рагу из овощей с мясом	50/150	50/150	36,18	28,17	7,88	6,32	22,21	14,86	262,31	217,41	24,89	16,84												
ТТК-502	Напиток "Полдано-кисломолочный" ароматный	200	150	0,01	0,01	0,01	0,01	16,68	12,50	66,73	50,05	0,20	0,15												
Клещ Белый																									
Углепильный полдник																									
ТТК-456а	Доклад фруктовый Яблочный	110	110	0,99	0,39			9,24	9,24	40,92	40,92	66,00	66,00												
ТТК-345а	Корейский салат с морепродуктами "Славянский"	100	100	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,53	110,39	91,99	0,75	0,62												
ТТК-475	Чай полдниковый	200	150	0,20	0,15	0,05	0,04	5,08	3,78	21,50	16,12	0,10	0,08												
Клещ Белый																									
Клещ "Дремучий"																									
Итого стоимость питания в день																									
		177,47 руб.		140,91 руб.		60,39		49,56		52,21		46,68		227,54		186,38		1548,85		1263,36		23,67		19,04	
Ср, 16 апреля 26																									
304	Бутерброд с маслом	305	205	2,45	1,85	4,52	4,22	15,37	10,27	130,13	85,70	1,01	0,76												
31104	Каша молочная (кислая) с маслом	2003	1503	6,17	4,64	5,12	4,39	32,07	24,74	202,66	156,96	1,37	1,03												
ТТК-345а	Корейский салат с морепродуктами	180	150	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,53	110,39	91,99	0,75	0,62												
Второй завтрак																									
69804	Пролетская	100	100	3,08	3,08	2,64	2,64	5,08	5,08	56,23	56,23	1,37	1,37												
Обед																									
352010	Салат из свежих овощей	50	40	0,74	0,59	2,60	2,08	6,84	5,47	53,74	43,00	6,04	4,83												
13004	Суп картофельный с бобами и мякотью тыквы	20010	15010	10,86	8,41	7,00	6,53	19,08	11,99	188,80	144,41	9,93	7,63												
ТТК-502	Мясо "Цыпленок" в соусе	40/50	25/25	13,08	8,08	11,12	6,84	3,88	1,84	167,03	99,39	1,22	0,61												
51004	Каша перловая вязкая	130	110	2,64	2,24	3,61	3,05	20,66	17,48	126,69	106,35														
ТТК-257	Напиток "Полдано-кисломолочный" из суфлуртопа	200	150	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	73,62	59,84	0,93	0,52												
Клещ Белый																									
Клещ "Дремучий"																									
Углепильный полдник																									
34004	Омлет картофельный	50	50	0,98	0,58	6,39	4,39	0,75	0,75	80,75	80,75	0,19	0,19												
51004	Каша перловая вязкая	130	110	4,03	3,41	3,80	3,22	21,10	17,86	134,75	114,02														
69804	Чай полдниковый с мякотью тыквы и ароматизатором	200/700	150/700	3,27	2,32	6,42	4,61	34,48	26,72	208,77	153,42	3,30	2,37												
Клещ Белый																									
Итого стоимость питания в день																									
		177,47 руб.		140,91 руб.		62,52		46,63		63,82		48,38		244,2		196,23		1802,87		1407,78		87,24		71,98	
Пн, 17 апреля 26																									
304	Бутерброд с маслом	305	205	2,45	1,85	4,52	4,22	15,37	10,27	130,13	85,71														
31104	Каша молочная (кислая) с маслом	2003	1503	7,55	6,07	6,01	5,05	37,47	28,11	234,22	185,63	1,31	0,98												
ТТК-198а	Каша с мякотью персиков	180	150	3,05	2,54	2,62	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98												
Второй завтрак																									
69704	Молочко кипяченое	100	100	3,08	3,08	2,64	2,64	5,08	5,08	56,23	56,23	1,37	1,37												
Обед																									
132010	Салат из свежих овощей	50	40	2,47	1,98	5,04	4,03	11,16	9,93	99,91	47,92	4,84	3,71												
64004	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	20010	15010	1,86	1,39	4,57	3,69	8,09	5,98	61,28	46,88	36,11	27,34												
ТТК-646	Булочка "Френч"	75	50	10,56	7,98	16,52	10,78	13,20	8,85	243,68	160,72														
21604	Картофель тушеный	130	110	2,92	2,47	8,04	6,80	21,25	18,06	169,42	143,36	26,23	22,20												
ТТК-270	Каша из макарон с полдником	200	150	0,10	0,07	0,04	0,04	16,11	12,07	84,73	64,73	0,98	0,72												
Клещ Белый																									
Углепильный полдник																									
ТТК-496а	Доклад фруктовый Яблочный	140	140	0,58	0,36	0,58	0,36																		