"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

__________ Р.И.Мусина

"СОГЛАСОВАНО"
МБДОУ "Детский сад "Радуга"
(№ДОУ)
Гончарова А.Ф.
(ФИО руководителя)

(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 13.07.2026г. по 17.07.2026 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 июля 26			52.28	46.58	47.94	43.29	229.79	194.61	1,559.78	1,354.3	73.14	60.42
	Завтрак			10.68	7.82	8.86	7.12	49.26	35.67	319.55	238.05	2.12	1.59
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	2.40	1.60	0.90	0.60	15.30	10.20	78.90	52.60		
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (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-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			19.22	17.75	24.02	21.86	61.45	50.99	538.87	471.67	69.10	56.97
ТТК-513н	Салат " Свежесть "	50	40	1.13	0.90	2.56	2.05	5.43	4.35	49.27	39.42	37.50	30.00
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
30 Пр.№321 от 07.	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	50/30	4.23	4.23	6.72	6.72	4.20	4.20	94.18	94.18	1.57	1.57
520/04	Пюре картофельное	130	110	3.74	3.17	7.34	6.21	11.78	9.97	128.17	108.45	28.07	23.75
ТТК-257н	Напиток "Плодово-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 белый	1/20	1/20	1.62	1.62	0.20	0.20	9.76	9.76	47.32	47.32		
	Уплотненный полдник			19.32	17.95	12.42	11.67	114.02	102.89	645.13	588.35	0.55	0.49
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-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	0.78	0.58	0.13	0.10	17.55	13.16	74.47	55.85	0.25	0.19
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 белый	1/20	1/20	1.62	1.62	0.20	0.20	9.76	9.76	47.32	47.32		
	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.	140.91 руб.										
	Вт, 14 июля 26			80.49	64.17	66.52	54.58	214.47	178.64	1,778.38	1,462.43	72.55	58.39
	Завтрак			10.69	7.01	12.20	9.16	46.39	34.81	338.12	249.70	2.51	1.96
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	
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			38.31	33.52	31.72	26.24	100.96	83.75	842.49	705.28	48.26	36.66
ТТК-359н	Винегрет из овощей	50	40	1.20	0.96	5.34	4.27	4.20	3.36	69.66	55.73	6.35	5.08
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	145	145	0.58	0.58	0.58	0.58	13.05	13.05	59.74	59.74	14.50	14.50
240/10, 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
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/20	150/20	3.20	3.15	6.41	6.40	24.26	22.99	167.53	162.16	0.10	0.07
	Хлеб белый	1/20	1/20										
	Итого стоимость питания в день	177.47 руб.	140.91 руб.										
	Ср, 15 июля 26			60.32	46	58.25	48.19	208.02	170.29	1,597.61	1,298.74	93.81	69.38
	Завтрак			11.09	8.34	7.66	6.36	62.21	46.56	362.17	276.73	2.12	1.65
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	2.40	1.60	0.90	0.60	15.30	10.20	78.90	52.60		
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	6.17	4.64	5.12	4.39	32.97	24.74	202.66	156.96	1.37	1.03
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			32.95	22.32	38.32	29.69	73.43	57.02	770.36	584.51	87.68	64.48
19/04	Салат из св.помидоров	50	40	0.23	0.19	5.00	4.00	1.86	1.48	53.31	42.65	6.26	5.01
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	2.92	2.26	7.26	5.76	11.59	8.76	123.39	95.90	22.66	17.02
ТТК - 394	Запеканка картофельная с мясом птицы с маслом	180/3	130/3	28.18	18.25	25.86	19.73	29.56	21.52	463.70	336.66	58.76	42.45
ТТК-268н	Компот "Плодово-ягодный" из изюма	200	150					20.66	15.50	82.64	61.98		
	Хлеб белый	1/20	1/20	1.62	1.62	0.20	0.20	9.76	9.76	47.32	47.32		
	Уплотненный полдник			13.22	12.28	9.63	9.50	67.32	61.65	408.85	381.27	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	150/3	150/3	7.44	7.44	8.81	8.81	31.30	31.30	234.26	234.26	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 белый	1/20	1/20	1.62	1.62	0.20	0.20	9.76	9.76	47.32	47.32		
	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.	140.91 руб.										
	Чт, 16 июля 26			69.78	54.66	62	54.43	265.72	218.59	1,900.24	1,583.16	72.18	59.87
	Завтрак			13.49	10.19	12.37	10.86	74.02	57.01	461.46	366.62	2.58	2.06
2/04	Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	2.45	1.65	4.52	4.22	21.23	16.13	135.44	109.14	0.10	0.10
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	7.99	6.00	5.33	4.54	37.51	28.14	230.02	177.48	1.31	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			3.02	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			19.79	17.29	32.27	29.22	94.30	78.59	746.87	646.68	54.61	43.11
ТТК-493н	Салат из белокочанной капусты с яблоками	50	40	1.03	0.82	3.87	3.09	3.80	3.04	54.14	43.31	30.48	24.39
132/04	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	150/5	4.40	3.36	7.29	5.78	13.92	10.50	138.93	107.51	21.60	16.20
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/30	50/30	5.62	5.62	16.06	16.06	8.03	8.03	199.16	199.16	2.50	2.50
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 "Плодово-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 белый	1/20	1/20	1.62	1.62	0.20	0.20	9.76	9.76	47.32	47.32		
	Хлеб "Дарницкий"	44.6	36.25	2.94	2.39	0.49	0.40	18.29	14.86	89.33	72.61		
	Уплотненный полдник			33.48	24.16	14.66	11.65	93.08	78.67	638.23	516.18	14.13	13.84
ТТК-495н	Десерт фруктовый Банан	100	100	3.00	3.00	0.50	0.50	27.00	27.00	124.50	124.50	10.00	10.00
ТТК-341к	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 белый	1/20	1/20	1.62	1.62	0.20	0.20	9.76	9.76	47.32	47.32		
	Итого стоимость питания в день	177.47 руб.	140.91 руб.										
	Пт, 17 июля 26			73.07	53.26	43.88	35.49	226.51	186.38	1,593.21	1,277.89	54.37	43.18
	Завтрак			13.87	10.81	12.19	10.35	69.31	51.93	442.43	344.05	2.07	1.62
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	3.83	3.03	2.28	1.98	15.30	10.20	97.03	70.73	0.04	0.04
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	7.32	5.51	5.21	4.46	39.70	29.80	235.01	181.33	1.28	0.96
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			39.94	23.99	21.25	14.79	70.64	56.37	633.56	454.54	37.77	28.23
13/2010	Салат из свежих огурцов	50	40	2.47	1.98	5.04	4.03	1.16	0.93	59.91	47.92	4.64	3.71
133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	3.87	2.90	3.71	2.78	14.15	10.61	105.47	79.09	31.69	23.77
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	25/25	27.49	13.74	7.58	3.79	4.71	2.36	197.03	98.53	1.29	0.64
ТТК-187а	Каша гречневая вязкая	130	110	3.98	3.37	4.64	3.93	21.48	18.18	143.60	121.51		
ТТК-258к	Напиток "Плодово-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 белый	1/20	1/20	1.62	1.62	0.20	0.20	9.76	9.76	47.32	47.32		
	Уплотненный полдник			16.20	15.40	7.80	7.71	81.50	73.02	460.99	423.07	13.16	11.96
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5.52	5.52	5.04	5.04			67.44	67.44		
687/96	Пирожки печеные с картофелем	75	75	5.12	5.12	2.07	2.07	33.25	33.25	172.10	172.10	8.36	8.36
707/04	Сок фруктовый разливной	200	150	1.00	0.75			20.20	15.15	84.80	63.60	4.80	3.60
	Хлеб белый	1/20	1/20	1.62	1.62	0.20	0.20	9.76	9.76	47.32	47.32		
	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.	140.91 руб.										
	Итого			335.94	264.67	278.59	235.98	1,144.5	948.51	8,429.22	6,976.52	366.05	291.24

	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:			317.67	253.37	246.25	210.67	1,141.3	942.28	8,052.33	6,678.69	325.39	271.84
В среднем в день:			49.53	38.67	54.25	42.13	235.27	183.46	1,610.47	1,260.70	45.08	40.38

Зам. Ген. директора по производству и качеству — Г. Н. Фазуллина

Экономист по ценам — А. Р. Гатина

Ведущий инженер-технолог по производству — Л. Р. Загидуллина