

"ГЕРБЕРИДА"

Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р.М.Мурина

"ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ"

ООО "ШКОЛЬНОЕ ПИТАНИЕ"

Р.М.Мурина

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСК с 13.10.2025г. по 17.10.2025 г.

№ ИД	Примен. 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
				Дет.	Ясли	Дет.	Ясли	Дет.	Ясли				
Пн, 13 октября 25													
Завтрак													
304	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	10,68	7,82	8,86	7,12	49,26	35,67	319,55	236,05	2,12	1,59
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	6,63	4,98	6,68	5,54	29,50	19,88	192,50	149,34	1,37	1,03
ТТК-473	Чай молочный с сахаром	200	150	1,60	1,20	1,30	0,98	7,44	5,50	48,15	36,11	0,75	0,58
Второй завтрак													
697/04	Молочко кипяченое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
Обед													
2002/10	Салат из белокочанной капусты	50	40	0,95	0,76	2,55	2,04	5,16	4,13	47,40	37,92	29,83	23,88
148/04	Суп овощной с мясными тефтелями	200/15	150/15	8,00	7,46	7,16	6,66	19,85	14,10	122,36	93,15	1,93	1,63
О/П/М/Д/П от 07	Выпечка: рыбные "котлетки" 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
707/04	Пюре картофельное	150	110	2,96	2,42	4,26	3,60	19,17	16,22	126,47	107,51	22,51	19,04
ТТК-257ч	Напиток "Плодово-ягодный" из смородины	200	150	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
ТТК-257ч	Чай белый	120	120	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
Успокоительный напиток													
337/04	Ябло вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
510/04	Каши гречневая каша	150	110	4,02	3,41	4,12	3,49	21,54	18,23	139,38	117,92		
ТТК-255ч	Чай "Витаминный" полукопированный	200	150	0,78	0,58	0,13	0,10	17,55	13,16	74,47	55,85	0,25	0,19
ТТК-458	Варенье с сахаром	75	75	4,43	4,43	2,44	2,44	46,98	46,98	227,21	227,21	0,30	0,30
ТТК-458	Чай белый	120	120	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
Итого стоимость питания в день													
		170,64 руб.		135,49 руб.									
Вт, 14 октября 25													
Завтрак													
304	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	10,68	7,82	8,86	7,12	49,26	35,67	319,55	236,05	2,12	1,59
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	6,63	4,98	6,68	5,54	29,50	19,88	192,50	149,34	1,37	1,03
ТТК-343ч	Каша с молочным полукопированным	180	150	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
Второй завтрак													
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													
62/11	Салат из моркови с свеклой	50	40	0,62	0,50	0,03	0,04	5,81	4,65	26,16	20,92	2,40	1,92
12/04	Суп из курицы с салатом из свежих овощей	200/20/10	150/20/10	7,92	7,38	9,52	8,36	4,84	4,34	151,13	131,15	3,71	27,68
ТТК-107ч	Котлеты "Львовские"	75	50	6,93	7,98	11,65	9,36	7,65	6,84	172,91	143,50		
ТТК-448	Пюре из яблок "Янтарный"	150	110	14,76	12,44	4,32	3,65	34,42	27,44	227,34	184,37		
707/04	Сок фруктовый разбавленный	200	150	1,00	0,75			20,20	15,15	84,80	63,60	4,80	3,60
ТТК-458	Чай белый	120	120	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
ТТК-458	Чай белый	120	120	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
Успокоительный напиток													
284/1	Десерт фруктовый Яблочный	145	145	0,58	0,58	0,58	0,58	13,05	13,05	59,74	59,74	14,50	14,50
40/10, 50/15	Пюре из яблок с сахаром с соусом молочным сладким	150/15	100/30	24,65	16,85	12,67	9,56	25,48	19,71	317,22	232,27	6,34	4,38
ТТК-475	Чай молочный с сахаром	200/20	150/20	3,20	3,15	6,41	6,40	24,26	22,99	167,53	162,16	0,10	0,07
Итого стоимость питания в день													
		170,64 руб.		135,49 руб.									
Ср, 15 октября 25													
Завтрак													
304	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	10,68	7,82	8,86	7,12	49,26	35,67	319,55	236,05	2,12	1,59
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	6,63	4,98	6,68	5,54	29,50	19,88	192,50	149,34	1,37	1,03
ТТК-343ч	Каша с молочным полукопированным	180	150	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
Второй завтрак													
697/04	Молочко кипяченое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
Обед													
ТТК-294ч	Омлет с овощами	50	40	2,72	2,17	0,05	0,04	1,28	1,02	16,43	13,15	5,10	4,08
110/20/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	1,79	1,37	3,80	3,04	11,40	8,29	88,94	66,96	21,59	16,17
ТТК-394ч	Запеканка картофельная с мясным фаршем с маслом	180/3	130/3	21,71	15,68	15,29	11,64	31,52	22,73	350,51	255,64	35,56	25,68
ТТК-268ч	Компот "Плодово-ягодный" из яблок	200	150			20,66	15,50	82,64	61,98				
Успокоительный напиток													
ТТК-26	Чай белый	120	120	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
388/10	Макаронные изделия с соусом с маслом	15	10	1,92	1,28	8,63	6,50	67,32	61,65	488,86	381,27	2,64	1,88
ТТК-53ч	Масло сливочное	150/3	150/3	7,44	7,44	8,81	8,81	31,30	31,30	224,26	224,26	0,32	0,32
ТТК-475	Чай молочный с сахаром	200	150	0,20	0,15	0,05	0,04	5,96	3,79	21,50	16,12	0,10	0,08
ТТК-475	Чай белый	120	120	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
Итого стоимость питания в день													
		170,64 руб.		135,49 руб.									
Чт, 16 октября 25													
Завтрак													
304	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	10,68	7,82	8,86	7,12	49,26	35,67	319,55	236,05	2,12	1,59
302/04	Каши молочная "Геркулесовая" с маслом	200/3	150/3	7,32	5,51	6,21	4,46	30,70	20,80	205,10	131,13	1,86	1,36
ТТК-198ч	Каши с молочным полукопированным	180	150	2,92	2,42	2,52	2,10	14,82	12,81	91,47	76,47	1,17	0,98
ТТК-343ч	Каша с молочным полукопированным	180	150	3,06	2,54	2,64	2,10	15,08	12,68	96,23	80,23	1,17	0,98
697/04	Молочко кипяченое	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 свеклы с морковью	50	40	0,33	0,32	0,02	0,02	1,28	1,28	16,43	16,43	5,10	4,08
132/04	Суп мясной с овощами и рыбными консервами	200/20	150/25	2,05	1,54	2,19	1,59	15,68	11,98	121,23	88,42	19,28	14,88
ТТК-253ч	Мясная котлета тушенная с овощами	60/50	50/62	23,62	23,62	4,59	4,59	3,88	3,88	150,56	150,56	1,20	1,20
ТТК-452	Выпечка: "Сдобная" с соусом томатным	50/30	50/30	5,13	5,13	13,42	13,42	7,41	7,41	179,03	179,03	2,46	2,46
ТТК-256ч	Напиток "Плодово-ягодный" из яблок	200	150	0,51	0,38	0,08	0,08	19,38	14,53	80,23	60,17	0,15	0,11
Успокоительный напиток													
337/04	Ябло вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
510/04	Каши гречневая каша	150	110	4,70	4,70	1,59	1,59	33,79	33,79	168,31	168,31	5,19	5,19
ТТК-255ч	Чай "Витаминный" полукопированный	200	150	1,00	0,75			20,20	15,15	84,80	63,60	4,80	3,60
ТТК-458	Варенье с сахаром	75	75	4,43	4,43	2,44	2,44	46,98	46,98	227,21	227,21	0,30	0,30
ТТК-458	Чай белый	120	120	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
Итого стоимость питания в день													
		170,64 руб.		135,49 руб.									
Итого													
		33147		26222		17133		1144		47305,42		8651	