

"УТВЕРЖАЮ"

Генеральный директор

ООО "Школьные питания"

И.В. Мурина

ПОДПИСАНО:
М.П. "Школьное питание"
И.В. Мурина

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАМСК с 22.09.2025г. по 26.09.2025 г.

№ 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	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	
Пн, 22 сентября 25													
Завтрак													
104	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	9,24	6,75	11,23	3,80	47,66	34,50	328,73	253,22	3,92	2,94
31104	Каша молочная "Геркулесовый" (молочная) с маслом	200/3	150/3	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71	0,71	0,98
ТТК-25/4	Корейский салат с курицей и морепродуктами	200	180	6,63	4,98	6,68	5,54	26,50	19,88	192,50	149,34	1,37	1,03
69704	Молочное желе	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
Обед													
5211	Салат из овощей с оливковым	50	40	0,91	0,73	0,38	2,45	5,33	4,27	52,49	41,99	6,06	4,85
13404	Суп с курицей и морепродуктами	200/5	150/5	1,75	1,34	4,96	3,91	7,62	5,76	62,13	60,50	24,82	18,62
ТТК-417	Плов "Восточный" с морепродуктами	50/150	50/150	27,42	26,01	11,70	10,18	40,39	27,06	376,55	303,91	3,41	2,27
ТТК-25/4	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	180	0,80	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
Уполномоченный													
33704	Рыба запеченная	1шт	1шт	18,48	18,81	15,42	14,35	85,55	75,39	554,96	498,00	0,75	0,58
ТТК-1814	Макаронные изделия	130	110	4,59	3,88	4,29	3,63	31,56	26,70	183,26	155,08		
ТТК-437	Чай с сахаром	200	150	1,65	1,34	1,30	1,08	7,46	5,99	46,15	36,11	0,75	0,58
ТТК-514	Булочки с начинкой	30	30	2,16	2,16	4,10	4,10	18,48	18,48	119,46	119,46		
Итого стоимость питания в день													
		170,64 руб.	135,49 руб.										
Вт, 23 сентября 25													
Завтрак													
304	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	9,24	6,75	11,23	3,80	47,66	34,50	328,73	253,22	3,92	2,94
30204	Каши молочная рисовая с маслом	200/3	150/3	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71	0,71	0,98
ТТК-343м	Корейский салат с курицей и морепродуктами	180	160	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62
Второй завтрак													
69504	Молочное желе	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
Обед													
6211	Салат из овощей с оливковым	50	40	0,91	0,73	0,38	2,45	5,33	4,27	52,49	41,99	6,06	4,85
11054	Борщ с капустой и морепродуктами с сметаной	200/5	150/5	1,80	1,38	3,76	3,01	10,59	7,96	83,43	64,43	22,97	17,19
ТТК-491м	Плов с курицей и морепродуктами из сметаны	240	190	7,84	7,84	15,74	15,74	85,55	75,39	554,96	498,00	0,75	0,58
52004	Пюре картофельное	130	110	2,87	2,17	3,66	3,36	11,42	8,67	91,61	77,52	29,91	25,31
ТТК-25/4	Напиток "Плодово-ягодный" из урюка	200	180	0,80	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
Уполномоченный													
146	Пюре картофельное	146	146	0,58	0,58	0,58	0,58	13,05	13,05	59,74	59,74	14,50	14,50
ТТК-1814	Макаронные изделия	130	110	3,98	3,37	4,44	3,93	21,48	18,18	143,60	121,61	0,85	0,11
Итого стоимость питания в день													
		170,64 руб.	135,49 руб.										
Ср, 24 сентября 25													
Завтрак													
304	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	9,24	6,75	11,23	3,80	47,66	34,50	328,73	253,22	3,92	2,94
31104	Каша молочная рисовая с маслом	200/3	150/3	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71	0,71	0,98
ТТК-198м	Каши с маслом полуполосы	180	160	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
Второй завтрак													
69704	Молочное желе	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
Обед													
200210	Салат из овощей с оливковым	50	40	0,91	0,73	0,38	2,45	5,33	4,27	52,49	41,99	6,06	4,85
14604	Суп с курицей и морепродуктами	200/25	150/25	6,53	6,39	8,22	7,76	2,86	2,22	111,50	104,33	2,23	1,82
Уполномоченный													
Прина № 306 от	Результат питания	50/150	50/150	25,95	25,03	7,37	6,14	15,27	10,32	231,27	196,68	32,37	21,56
ТТК-55/4	Пюре картофельное	200	180	0,01	0,01	0,01	0,01	16,66	12,50	66,73	50,05	0,20	0,15
Уполномоченный													
146	Пюре картофельное	146	146	0,58	0,58	0,58	0,58	13,05	13,05	59,74	59,74	14,50	14,50
ТТК-343м	Пюре картофельное	150/15	100/30	27,71	16,17	12,37	10,26	27,92	22,93	333,89	259,29	0,88	0,80
ТТК-475	Чай с сахаром	200	150	0,20	0,15	0,05	0,04	5,96	2,79	21,50	16,12	0,10	0,08
Итого стоимость питания в день													
		170,64 руб.	135,49 руб.										
Чт, 25 сентября 25													
Завтрак													
304	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	9,24	6,75	11,23	3,80	47,66	34,50	328,73	253,22	3,92	2,94
31104	Каша молочная рисовая с маслом	200/3	150/3	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71	0,71	0,98
ТТК-343м	Корейский салат с курицей и морепродуктами	180	160	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62
Второй завтрак													
69704	Молочное желе	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
Обед													
13010	Салат из овощей с оливковым	50	40	0,91	0,73	0,38	2,45	5,33	4,27	52,49	41,99	6,06	4,85
13004	Суп картофельный с борщами с сметаной	200/5	150/5	1,60	1,24	6,94	4,06	13,38	10,14	60,50	57,00	12,85	9,92
ТТК-692	Маши "Рисовый" с соусом	405/5	300/5	10,88	11,12	8,64	3,4	1,92	16,79	99,77	141,71	0,71	0,71
51004	Маши с сметаной	100	100	2,14	2,14	4,44	4,44	12,74	12,74	52,15	52,15		
ТТК-25/4	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	180	0,80	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
Уполномоченный													
146	Пюре картофельное	146	146	0,58	0,58	0,58	0,58	13,05	13,05	59,74	59,74	14,50	14,50
ТТК-1814	Макаронные изделия	130	110	3,98	3,37	4,44	3,93	21,48	18,18	143,60	121,61	0,85	0,11
Итого стоимость питания в день													
		170,64 руб.	135,49 руб.										
Пт, 26 сентября 25													
Завтрак													
304	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	9,24	6,75	11,23	3,80	47,66	34,50	328,73	253,22	3,92	2,94
31104	Каша молочная рисовая с маслом	200/3	150/3	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71	0,71	0,98
ТТК-198м	Каши с маслом полуполосы	180	160	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
Второй завтрак													
69704	Молочное желе	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
Обед													
1410	Салат из овощей с оливковым	50	40	0,91	0,73	0,38	2,45	5,33	4,27	52,49	41,99	6,06	4,85
ТТК-491м	Плов с курицей и морепродуктами с сметаной	200/5	150/5	1,80	1,38	3,76	3,01	10,59	7,96	83,43	64,43	22,97	17,19
ТТК-464	Булочки "Дружба"	75	60	0,39	0,39	1,63	1,63	10,78	10,78	43,59	43,59		
ТТК-25/4	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	180	0,80	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
Уполномоченный													
146	Пюре картофельное	146	146	0,58	0,58	0,58	0,58	13,05	13,05	59,74	59,74	14,50	14,50
ТТК-1814	Макаронные изделия	130	110	3,98	3,37	4,44	3,93	21,48	18,18	143,60	121,61	0,85	0,11
Итого стоимость питания в день													
		170,64 руб.	135,49 руб.										
Сб, 27 сентября 25													
Завтрак													
304	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	9,24	6,75	11,23	3,80	47,66	34,50	328,73	253,22	3,92	2,94
31104	Каша молочная рисовая с маслом	200/3	150/3	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71	0,71	0,98
ТТК-198м	Каши с маслом полуполосы	180	160	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
Второй завтрак													
69704	Молочное желе	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
Обед													
1410	Салат из овощей с оливковым	50	40	0,91	0,73	0,38	2,45	5,33	4,27	52,49	41,99	6,06	4,85
ТТК-491м	Плов с курицей и морепродуктами с сметаной	200/5	150/5	1,80	1,38	3,76	3,01	10,59	7,96	83,43	64,43	22,97	17,19
ТТК-464	Булочки "Дружба"	75	60	0,39	0,39	1,63	1,63	10,78	10,78	43,59	43,59		
ТТК-25/4	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	180	0,80	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
Уполномоченный													
146	Пюре картофельное	146	146	0,58	0,58	0,58	0,58	13,05	13,05	59,74	59,74	14,50	14,50
ТТК-1814	Макаронные изделия	130	110	3,98	3,37	4,44	3,93	21,48	18,18	143,60	121,61	0,85	0,11
Итого стоимость питания в день													
		170,64 руб.	135,49 руб.										
Вс, 28 сентября 25													
Завтрак													
304	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	9,24	6,75	11,23	3,80	47,66	34,50	328,73	253,22	3,92	2,94
31104	Каша молочная рисовая с маслом	200/3	150/3	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71	0,71	0,98
ТТК-198м	Каши с маслом полуполосы	180	160	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
Второй завтрак													
69704	Молочное желе	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
Обед													
1410	Салат из овощей с оливковым	50	40	0,91	0,73	0,38	2,45	5,33	4,27	52,49	41,99	6,06	4,85
ТТК-491м	Плов с курицей и морепродуктами с сметаной	200/5	150/5	1,80	1,38	3,76	3,01	10,59	7,96	83,43	64,43	22,97	17,19
ТТК-464	Булочки "Дружба"	75	60	0,39	0,39	1,63	1,63	10,78	10,78	43,59	43,59		
ТТК-25/4	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	180	0,80	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
Уполномоченный													
146	Пюре картофельное	146	146	0,58	0,58	0,58	0,58	13,05	13,05	59,74	59,74	14,50	14,50
ТТК-1814	Макаронные изделия	130	110	3,98	3,37	4,44	3,93	21,48	18,18	143,60	121,61	0,85	0,11
Итого стоимость питания в день													
		170,64 руб.	135,49 руб.										
Пн, 29 сентября 25													
Завтрак													
304	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	9,24	6,75	11,23	3,80	47,66	34,50	328,73	253,22	3,92	2,94
31104	Каша молочная рисовая с маслом	200/3	150/3	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71	0,71	0,98
ТТК-198м	Каши с маслом полуполосы	180	160	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98</