

"УТВЕРЖДАЮ"  
Генеральный директор  
ООО "Школьное питание"  
Р.И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"  
Метод "Детский сад" "Радуга"  
Мусина Р.И.  
Сектор (управления)  
(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНКАС С 24.02.2026г. по 27.02.2026 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	Ясли
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли				
<b>Вт, 24 февраля 26</b>													
<b>Завтрак</b>													
	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" (молдав) с маслом	200/3	150/3	6,63	4,98	8,66	5,54	28,59	19,88	102,50	149,34	1,37	1,03
	ТТК-437 Чай полусладкий с маслом	200	150	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56
	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
<b>Обед</b>													
	ТТК-357н Салат "Капустя кашанена"	50	40	0,88	0,70	2,51	2,01	4,26	3,40	43,11	34,49	14,00	11,20
	148/04 Суп-пюре домашний с мякотью тыквы	200/15	150/15	8,00	7,46	7,18	6,66	10,85	8,14	140,01	122,36	1,93	1,63
	Ю Пр №321 от 07 Фришдакши район "Караглы" 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
	620/04 Лепешка картофельная	130	110	2,86	2,42	4,26	3,60	19,17	16,22	126,47	107,01	22,51	19,04
	ТТК-257н Нантос "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		
	Употребленный напиток			19,32	17,95	12,42	11,67	114,02	102,89	645,13	588,35	0,55	0,49
	537/04 Яблоко вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	0,04	0,04			67,44	67,44		
	61/004 Каша гречневая вязкая	130	110	4,03	3,41	4,12	3,45	21,54	18,23	139,36	117,92		
	ТТК-253н 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		
<b>Итого стоимость питания в день</b>													
		177,47 руб.	140,91 руб.	60,31	64,03	64,73	53,15	214,41	178,59	1.761,33	1.448,79	75,42	60,69
<b>Ср, 25 февраля 26</b>													
<b>Завтрак</b>													
	3/04 Бутерброд с маслом с сыром	30/5	20/5	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 маслом полусладкое	180	150	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
	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
<b>Обед</b>													
	ТТК-59н Выпечка из овощей	50	40	1,02	0,82	3,95	2,84	4,14	3,31	52,81	42,09	6,22	3,38
	124/04 Щи из свеклы с картофелем, сметаной	200/25/10	150/25/5	7,92	7,38	9,52	8,36	8,44	6,34	151,13	130,15	37,11	27,98
	ТТК-101н Колбасы "Любимые"	75	50	8,93	7,98	11,85	9,36	7,85	6,84	172,91	143,50		
	ТТК-448 Лепешка картофельная	130	110	14,70	12,44	4,32	3,65	32,42	27,44	227,34	192,37		
	707/04 Сок фруктовый разлитый	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		
	Употребленный напиток			28,43	20,68	19,96	16,54	62,79	55,75	544,49	454,17	20,94	18,93
	ТТК-49н 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
	40/10, 50, 35/116 Пудинг из творога с яблоками с соусом молочным сладким	150/15	100/30	24,65	16,85	12,97	8,56	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	167,63	162,16	0,10	0,07
	Хлеб белый	1/20	1/20										
<b>Итого стоимость питания в день</b>													
		177,47 руб.	140,91 руб.	53,15	42,98	39,27	33,42	213,97	174,41	1.421,91	1.169,85	85,94	48,86
<b>Чт, 26 февраля 26</b>													
<b>Завтрак</b>													
	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 (молдав) 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 Корейский салат полусладкий	180	150	2,52	2,10	1,64	1,37	11,62	8,01	80,61	67,17	0,75	0,62
	698/04 Молоко кипяченое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
<b>Обед</b>													
	62/11 Салат из моркови с маслом	50	40	0,62	0,50	0,05	0,04	5,81	4,65	26,19	20,92	2,40	1,92
	110/2004 Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	1,83	1,40	3,80	3,04	11,63	8,45	88,03	66,76	21,85	16,36
	ТТК - 394н Залезанка картофельная с маслом тыквы с маслом	150/3	100/3	21,71	15,68	15,29	11,64	31,52	22,78	350,51	258,64	35,56	25,68
	ТТК-26н Компот "Плодово-ягодный" из яблок	200	150					20,66	15,50	92,64	61,98		
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Употребленный напиток			13,22	12,28	9,63	8,50	67,52	61,65	408,85	381,27	2,64	1,88
	ТТК-2н Зеленый горошек пюре	15	10	1,02	0,83	0,08	0,05	2,91	1,94	16,44	10,96	2,22	1,48
	206/10 Макароны запеченные с сыром с маслом	150/3	100/3	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		
<b>Итого стоимость питания в день</b>													
		177,47 руб.	140,91 руб.	65,6	50,89	54,23	47,63	248,92	201,46	1.746,33	1.438,22	95,98	90,51
<b>Пт, 27 февраля 26</b>													
<b>Завтрак</b>													
	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 маслом полусладкое	180	150	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
	698/04 Ацидофиллин	100	100	3,02	3,02	2,70	2,70	4,32	4,32	53,68	53,68	0,86	0,86
<b>Обед</b>													
	11н-596 Салат "Бобовое жареное"	50	40	1,21	0,97	2,58	2,06	5,31	4,25	49,28	39,42	6,44	5,15
	132/2004 Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	150/5	2,54	1,94	3,95	3,15	13,99	10,54	101,69	78,27	13,48	10,12
	ТТК-652 Фришдакши "Особый" с соусом томатным	50/30	50/30	5,13	5,13	13,42	13,42	7,41	7,41	170,93	170,93	2,46	2,46
	61/004 Каша пшеничная вязкая	130	110	3,68	3,11	4,34	3,67	21,07	17,83	138,07	116,83		
	ТТК-257н Нантос "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		
	Употребленный напиток			31,47	22,15	14,16	11,15	75,32	60,91	564,66	432,60	70,13	69,84
	ТТК-49н Десерт фруктовый Апельсин	110	110	0,99	0,99			9,24	9,24	40,92	40,92	66,00	66,00
	ТТК-341н Залезанка "Сладкая" с соусом сметанным "Сладкая"	150/15	100/30	28,59	19,32	13,90	10,90	41,04	30,39	403,88	296,98	0,83	0,57
	686/04 Чай с лимоном	200/7	150/7	0,22	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		
<b>Итого стоимость питания в день</b>													
		177,47 руб.	140,91 руб.	250,21	203,43	203,04	174,84	913,31	754,37	6.481,49	5.404,79	281,42	236,97

Итого за неделю: В среднем в день:	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг	
	Дет. сад	Ясли	Белки		Жиры		Углеводы		Дет. сад	Ясли	С	Ясли
			Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли				
			250,21	203,43	203,04	174,84	913,31	754,37	6.481,49	5.404,79	281,42	236,97

Зам. *Р.И. Мусина*  
Эко. *Р.И. Мусина*  
Вед. *Л. Р. Закипулина*

Г. Н. Фахруллина  
А. Р. Галия  
Л. Р. Закипулина