

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАМСК с 27.07.2026г. по 31.07.2026 г.

№ ИД	Пример пищи, Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность, ккал		Витамины, мкг	
		Дет. сад	Ясли	Белки		Жиры		Углеводы		Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли				
Пн, 27 июля 2026													
Завтрак													
3/04	Булгурбор с сыром	30/5	20/5	64.8	58.66	62.29	57.25	236.59	200.35	1.768.18	1.550.79	82.08	67.83
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (кислая) с маслом	200/3	150/3	10.98	7.42	8.86	7.12	49.26	35.67	379.65	238.05	2.12	1.56
ТТК-437	Чай с молоком и сахаром	200	150	2.40	1.80	0.90	0.60	15.30	10.20	78.90	52.60	1.37	1.03
Второй завтрак													
68/04	Молоко кипяченое	100	100	3.06	3.06	2.64	2.64	5.06	5.06	56.23	56.23	0.75	0.69
Обед													
ТТК-513а	Салат из капусты	50	40	31.74	28.73	38.37	35.82	68.25	56.73	745.27	668.16	78.02	64.38
14/04	Суп. лапша домашняя с мякотью оттая	200/15	150/15	11.13	0.60	2.66	0.85	9.43	4.35	49.27	36.42	37.50	30.00
ТТК-730	Приправленные рыбные "Палочки" с соусом томатным	50/30	50/30	4.72	4.72	0.62	0.62	4.81	4.81	124.67	124.67	1.61	1.61
5/0/04	Пюре картофельное	150	110	5.65	4.78	7.39	6.25	15.90	14.30	156.69	135.59	37.40	31.64
ТТК-257а	Напиток "Плодово-ягодный" из союфруктов	200	150	0.50	0.37	0.02	0.02	19.43	14.57	79.92	59.94	0.03	0.02
Уполномоченный персонал													
337/04	Рисовая каша	1 шт	1 шт	19.32	17.95	12.42	11.67	114.02	102.69	845.13	588.35	0.55	0.49
51/04	Каши гречневая алая	150	110	4.03	3.41	4.12	3.40	21.54	19.23	139.36	117.62		
ТТК-253а	Чай "Пчелиный" полусладкий	200	150	0.78	0.58	0.13	0.10	17.55	13.18	74.47	55.85	0.25	0.19
ТТК-438	Напиток "Плодово-ягодный" из союфруктов	75	75	4.43	4.43	2.44	2.44	46.86	46.86	227.21	227.21	0.30	0.30
Уполномоченный персонал													
337/04	Рисовая каша	1 шт	1 шт	19.32	17.95	12.42	11.67	114.02	102.69	845.13	588.35	0.55	0.49
51/04	Каши гречневая алая	150	110	4.03	3.41	4.12	3.40	21.54	19.23	139.36	117.62		
ТТК-253а	Чай "Пчелиный" полусладкий	200	150	0.78	0.58	0.13	0.10	17.55	13.18	74.47	55.85	0.25	0.19
ТТК-438	Напиток "Плодово-ягодный" из союфруктов	75	75	4.43	4.43	2.44	2.44	46.86	46.86	227.21	227.21	0.30	0.30
Уполномоченный персонал													
337/04	Рисовая каша	1 шт	1 шт	19.32	17.95	12.42	11.67	114.02	102.69	845.13	588.35	0.55	0.49
51/04	Каши гречневая алая	150	110	4.03	3.41	4.12	3.40	21.54	19.23	139.36	117.62		
ТТК-253а	Чай "Пчелиный" полусладкий	200	150	0.78	0.58	0.13	0.10	17.55	13.18	74.47	55.85	0.25	0.19
ТТК-438	Напиток "Плодово-ягодный" из союфруктов	75	75	4.43	4.43	2.44	2.44	46.86	46.86	227.21	227.21	0.30	0.30
Уполномоченный персонал													
337/04	Рисовая каша	1 шт	1 шт	19.32	17.95	12.42	11.67	114.02	102.69	845.13	588.35	0.55	0.49
51/04	Каши гречневая алая	150	110	4.03	3.41	4.12	3.40	21.54	19.23	139.36	117.62		
ТТК-253а	Чай "Пчелиный" полусладкий	200	150	0.78	0.58	0.13	0.10	17.55	13.18	74.47	55.85	0.25	0.19
ТТК-438	Напиток "Плодово-ягодный" из союфруктов	75	75	4.43	4.43	2.44	2.44	46.86	46.86	227.21	227.21	0.30	0.30
Уполномоченный персонал													
337/04	Рисовая каша	1 шт	1 шт	19.32	17.95	12.42	11.67	114.02	102.69	845.13	588.35	0.55	0.49
51/04	Каши гречневая алая	150	110	4.03	3.41	4.12	3.40	21.54	19.23	139.36	117.62		
ТТК-253а	Чай "Пчелиный" полусладкий	200	150	0.78	0.58	0.13	0.10	17.55	13.18	74.47	55.85	0.25	0.19
ТТК-438	Напиток "Плодово-ягодный" из союфруктов	75	75	4.43	4.43	2.44	2.44	46.86	46.86	227.21	227.21	0.30	0.30
Уполномоченный персонал													
337/04	Рисовая каша	1 шт	1 шт	19.32	17.95	12.42	11.67	114.02	102.69	845.13	588.35	0.55	0.49
51/04	Каши гречневая алая	150	110	4.03	3.41	4.12	3.40	21.54	19.23	139.36	117.62		
ТТК-253а	Чай "Пчелиный" полусладкий	200	150	0.78	0.58	0.13	0.10	17.55	13.18	74.47	55.85	0.25	0.19
ТТК-438	Напиток "Плодово-ягодный" из союфруктов	75	75	4.43	4.43	2.44	2.44	46.86	46.86	227.21	227.21	0.30	0.30
Уполномоченный персонал													
337/04	Рисовая каша	1 шт	1 шт	19.32	17.95	12.42	11.67	114.02	102.69	845.13	588.35	0.55	0.49
51/04	Каши гречневая алая	150	110	4.03	3.41	4.12	3.40	21.54	19.23	139.36	117.62		
ТТК-253а	Чай "Пчелиный" полусладкий	200	150	0.78	0.58	0.13	0.10	17.55	13.18	74.47	55.85	0.25	0.19
ТТК-438	Напиток "Плодово-ягодный" из союфруктов	75	75	4.43	4.43	2.44	2.44	46.86	46.86	227.21	227.21	0.30	0.30
Уполномоченный персонал													
337/04	Рисовая каша	1 шт	1 шт	19.32	17.95	12.42	11.67	114.02	102.69	845.13	588.35	0.55	0.49
51/04	Каши гречневая алая	150	110	4.03	3.41	4.12	3.40	21.54	19.23	139.36	117.62		
ТТК-253а	Чай "Пчелиный" полусладкий	200	150	0.78	0.58	0.13	0.10	17.55	13.18	74.47	55.85	0.25	0.19
ТТК-438	Напиток "Плодово-ягодный" из союфруктов	75	75	4.43	4.43	2.44	2.44	46.86	46.86	227.21	227.21	0.30	0.30
Уполномоченный персонал													
337/04	Рисовая каша	1 шт	1 шт	19.32	17.95	12.42	11.67	114.02	102.69	845.13	588.35	0.55	0.49
51/04	Каши гречневая алая	150	110	4.03	3.41	4.12	3.40	21.54	19.23	139.36	117.62		
ТТК-253а	Чай "Пчелиный" полусладкий	200	150	0.78	0.58	0.13	0.10	17.55	13.18	74.47	55.85	0.25	0.19
ТТК-438	Напиток "Плодово-ягодный" из союфруктов	75	75	4.43	4.43	2.44	2.44	46.86	46.86	227.21	227.21	0.30	0.30
Уполномоченный персонал													
337/04	Рисовая каша	1 шт	1 шт	19.32	17.95	12.42	11.67	114.02	102.69	845.13	588.35	0.55	0.49
51/04	Каши гречневая алая	150	110	4.03	3.41	4.12	3.40	21.54	19.23	139.36	117.62		
ТТК-253а	Чай "Пчелиный" полусладкий	200	150	0.78	0.58	0.13	0.10	17.55	13.18	74.47	55.85	0.25	0.19
ТТК-438	Напиток "Плодово-ягодный" из союфруктов	75	75	4.43	4.43	2.44	2.44	46.86	46.86	227.21	227.21	0.30	0.30
Уполномоченный персонал													
337/04	Рисовая каша	1 шт	1 шт	19.32	17.95	12.42	11.67	114.02	102.69	845.13	588.35	0.55	0.49
51/04	Каши гречневая алая	150	110	4.03	3.41	4.12	3.40	21.54	19.23	139.36	117.62		
ТТК-253а	Чай "Пчелиный" полусладкий	200	150	0.78	0.58	0.13	0.10	17.55	13.18	74.47	55.85	0.25	0.19
ТТК-438	Напиток "Плодово-ягодный" из союфруктов	75	75	4.43	4.43	2.44	2.44	46.86	46.86	227.21	227.21	0.30	0.30
Уполномоченный персонал													
337/04	Рисовая каша	1 шт	1 шт	19.32	17.95	12.42	11.67	114.02	102.69	845.13	588.35	0.55	0.49
51/04	Каши гречневая алая	150	110	4.03	3.41	4.12	3.40	21.54	19.23	139.36	117.62		
ТТК-253а	Чай "Пчелиный" полусладкий	200	150	0.78	0.58	0.13	0.10	17.55	13.18	74.47	55.85	0.25	0.19
ТТК-438	Напиток "Плодово-ягодный" из союфруктов	75	75	4.43	4.43	2.44	2.44	46.86	46.86	227.21	227.21	0.30	0.30
Уполномоченный персонал													
337/04	Рисовая каша	1 шт	1 шт	19.32	17.95	12.42	11.67	114.02	102.69	845.13	588.35	0.55	0.49
51/04	Каши гречневая алая	150	110	4.03	3.41	4.12	3.40	21.54	19.23	139.36	117.62		
ТТК-253а	Чай "Пчелиный" полусладкий	200	150	0.78	0.58	0.13	0.10	17.55	13.18	74.47	55.85	0.25	0.19
ТТК-438	Напиток "Плодово-ягодный" из союфруктов	75	75	4.43	4.43	2.44	2.44	46.86	46.86	227.21	227.21	0.30	0.30
Уполномоченный персонал													
337/04	Рисовая каша	1 шт	1 шт	19.32	17.95	12.42	11.67	114.02	102.69	845.13	588.35	0.55	0.49
51/04	Каши гречневая алая	150	110	4.03	3.41	4.12	3.40	21.54	19.23	139.36	117.62		
ТТК-253а	Чай "Пчелиный" полусладкий	200	150	0.78	0.58	0.13	0.10	17.55	13.18	74.47	55.85	0.25	0.19
ТТК-438	Напиток "Плодово-ягодный" из союфруктов	75	75	4.43	4.43	2.44	2.44	46.86	46.86	227.21	227.21	0.30	0.30
Уполномоченный персонал													
337/04	Рисовая каша	1 шт	1 шт	19.32	17.95	12.42	11.67	114.02	102.69	845.13	588.35	0.55	0.49
51/04	Каши гречневая алая	150	110	4.03	3.41	4.12	3.40	21.54	19.23	139.36	117.62		
ТТК-253а	Чай "Пчелиный" полусладкий	200	150	0.78	0.58	0.13	0.10	17.55	13.18	74.47	55.85	0.25	0.19
ТТК-438	Напиток "Плодово-ягодный" из союфруктов	75	75	4.43	4.43	2.44	2.44	46.86	46.86	227.21	227.21	0.30	0.30
Уполномоченный персонал													
337/04	Рисовая каша	1 шт	1 шт	19.32	17.95	12.42	11.67	114.02	102.69	845.13	588.35	0.55	0.49
51/04	Каши гречневая алая	150	110	4.03	3.41	4.12	3.40	21.54	19.23	139.36	117.62		
ТТК-253а	Чай "Пчелиный" полусладкий	200	150	0.78	0.58	0.13	0.10	17.55	13.18	74.47	55.85	0.25	0.19
ТТК-438	Напиток "Плодово-ягодный" из союфруктов	75	75	4.43	4.43	2.44	2.44	46.86	46.86	227.21	227.21	0.30	0.30
Уполномоченный персонал													
337/04	Рисовая каша	1 шт	1 шт	19.32	17.95	12.42	11.67	114.02	102.69	845.13	588.35	0.55	0.49
51/04	Каши гречневая алая	150	110	4.03	3.41	4.12	3.40	21.54	19.23	139.36	117.62		
ТТК-253а	Чай "Пчелиный" полусладкий	200	150	0.78	0.58	0.13	0.10	17.55	13.18	74.47	55.85	0.25	0.19
ТТК-438	Напиток "Плодово-ягодный" из союфруктов	75	75	4.43	4.43	2.44	2.44	46.86	46.86	227.21	227.21	0.30	0.30
Уполномоченный персонал													
337/04	Рисовая каша	1 шт	1 шт	19.32	17.95	12.42	11.67	114.02	102.69	845.13	588.35	0.55	0.49
51/04	Каши гречневая алая	150	110	4.03	3.41	4.12	3.40	21.54	19.23	139.36	117.62		
ТТК-253а	Чай "Пчелиный" полусладкий	200	150	0.78	0.58	0.13	0.10	17.55	13.18	74.47	55.85	0.25	0.19
ТТК-438	Напиток "Плодово-ягодный" из союфруктов	75	75	4.43	4.43	2.44	2.44	46.86	46.86	227.21	227.21	0.30	0.30
Уполномоченный персонал													
337/04	Рисовая каша	1 шт	1 шт	19.32	17.95	12.42	11.67	114.02	102.69	845.13	588.35	0.55	