

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСК С 28.09.2025г. по 03.10.2025 г.

№ НД	Прим. 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. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли				
Пн, 29 сентября 25													
Завтрак													
3/04	Вутерброд с сыром	30/5	20/5	51.01	45.55	44.55	40.43	229.58	194.41	1,523.44	1,323.5	67.69	56.14
31/104	Каши молочная "Геркулесовая" (молочная) с маслом	200/3	150/3	18.68	7.82	8.96	7.12	49.26	35.67	319.65	238.05	2.12	1.59
ТТК-437	Чаше картофельная с соусом	200	150	1.65	1.24	1.30	0.98	7.48	5.59	48.15	34.11	0.75	0.56
69/704	Молоко цельное	100	100	3.08	3.06	2.64	2.64	5.06	5.06	56.23	56.23	1.37	1.37
Обед													
20/2010	Салат из белокочанной капусты	50	40	0.97	0.77	2.55	2.04	5.24	4.19	47.83	38.26	29.89	23.91
14/504	Суп лапша овощная с сметанным соусом	200/15	150/15	6.05	7.50	7.18	6.87	11.15	8.36	141.47	123.45	2.21	1.84
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Лазанья" с соусом томатным	50/30	50/30	4.24	4.24	6.72	6.72	4.24	4.24	94.38	94.38	1.61	1.61
50/904	Пюре картофельное	130	110	2.57	2.17	3.96	3.35	11.42	9.67	91.61	77.52	29.91	25.31
ТТК-257х	Напиток "Плодово-ягодный" из соевого молока	200	150	0.50	0.37	0.02	0.02	19.43	14.57	79.92	59.94	0.03	0.02
Уполномоченный персонал													
33/704	Рис вареный	1 шт	1 шт	5.52	5.52	5.04	5.04			67.44	67.44		
91/004	Каши гречневая каша	130	110	4.03	3.41	4.12	3.49	21.54	19.22	105.56	117.92		
ТТК-253х	Чаше картофельная с соусом	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
Уполномоченный персонал													
33/704	Рис вареный	1 шт	1 шт	5.52	5.52	5.04	5.04			67.44	67.44		
ТТК-458	Чаше картофельная с соусом	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
Итого стоимость питания в день													
Вз. 33/704		176.84	134.9										
3/04	Вутерброд с сыром	30/5	20/5	60.7	63.54	61.18	56.38	215.53	179.14	1,732.86	1,261	73.17	57.01
3/04	Вутерброд с сыром и салатом	30/5/5	20/5/5	10.69	7.21	12.20	9.16	46.39	34.81	338.12	249.70	2.51	1.96
16/104	Суп молочный с рисом	200	150	3.78	3.82	3.78	2.54	14.74	11.80	111.99	80.48	0.84	0.68
ТТК-189х	Каши с маслом полусладкое	180	150	2.54	2.54	2.52	2.10	15.28	12.74	93.00	80.00	1.17	0.98
69/004	Пюре картошка	100	100	3.06	3.04	2.64	2.64	4.33	4.33	56.23	56.23	0.84	0.84
62/11	Салат из овощей с маслом	50	40	27.37	28.99	26.48	20.62	102.48	79.67	464.58	370.58		
12/004	Суп на квас с салатом с маслом, Остатки со сметаной	200/50/10	150/50/10	7.62	7.09	9.46	6.96	5.64	5.31	30.20	24.16	3.00	2.40
ТТК-151х	Ватрушка с повидлом	75	75	9.50	9.50	5.00	5.00	16.84	16.84	127.21	127.21	0.30	0.30
ТТК-448	Пюре из кабачков "Лазанья"	130	110	14.70	12.44	13.42	10.36	36.42	27.47	272.34	192.37		
70/004	Пюре картофельное	100	100	3.06	3.04	2.64	2.64	4.33	4.33	56.23	56.23		
100/004	Пюре картофельное	100	100	1.62	1.62	0.20	0.20	9.76	9.76	47.32	47.32		
ТТК-495х	Десерт Фруктовый Релье	145	145	2.56	2.39	0.40	0.40	18.29	14.86	93.83	72.61		
МОН-15/10/25	Ватрушка с повидлом с маслом молочным сметаной	200/150	150/100	14.45	13.58	0.58	0.58	15.03	13.05	69.74	59.74	14.50	14.50
ТТК-475	Чаше картофельная с соусом томатным	200/120	150/120	2.44	2.44	2.44	2.44	15.88	13.86	83.43	68.43	22.67	17.91
ТТК-475	Чаше картофельная с соусом томатным	200/120	150/120	3.20	3.15	6.41	6.40	24.26	22.99	107.63	102.64	0.10	0.07
Итого стоимость питания в день		176.84	134.9										
Ср, 01 октября 25													
3/04	Вутерброд с сыром	30/5	20/5	24.81	24.17	38.96	28.82	166.57	161.49	1,360.18	1,081.31	78.59	59.03
31/104	Каши молочная (молочная) с маслом	200/3	150/3	16.67	7.44	1.90	1.90	62.21	46.67	360.17	278.73	2.12	1.65
ТТК-343х	Чаше картофельная с соусом	200	150	1.65	1.65	1.65	1.65	11.62	11.62	54.49	54.49	0.75	0.75
69/704	Молоко цельное	100	100	3.06	3.04	2.64	2.64	5.06	5.06	56.23	56.23	1.37	1.37
ТТК-264х	Суповый бульон картофельный	50	40	27.24	20.49	18.83	10.33	61.11	48.22	522.93	398.68	72.45	54.41
11/004	Борщ с капустой с маслом сметаной	200/150	150/150	2.12	2.17	0.05	0.04	1.26	1.02	14.33	13.15	5.10	4.08
ТТК - 394	Запеканка картофельная с маслом томатный с маслом	180/3	180/3	15.20	15.32	14.82	9.70	18.82	13.98	130.51	108.90	44.39	33.14
ТТК-289х	Молоко "Плодово-ягодный" из сока	100	100	1.62	1.62	0.20	0.20	9.76	9.76	47.32	47.32		
ТТК-2х	Уполномоченный персонал	15	10	13.22	12.68	0.90	0.90	67.32	61.05	408.85	281.67	2.64	1.84
20/910	Макароны запеченные с сыром с маслом	150/3	150/3	7.44	7.44	8.81	8.81	37.31	37.31	230.26	234.32	0.32	0.32
ТТК-475	Чаше картофельная с соусом томатным	200	150	1.62	1.62	0.20	0.20	9.76	9.76	47.32	47.32	0.10	0.08
ТТК-475	Чаше картофельная с соусом томатным	200	150	1.62	1.62	0.20	0.20	9.76	9.76	47.32	47.32		
ТТК-475	Чаше картофельная с соусом томатным	200	150	1.62	1.62	0.20	0.20	9.76	9.76	47.32	47.32		
Итого стоимость питания в день		176.84	134.9										
Чт, 02 октября 25													
3/04	Вутерброд с сыром	30/5	20/5	14.87	15.07	54.65	40.88	240.52	202.21	1,478.87	1,044.96	69.68	56.62
31/104	Каши молочная (молочная) с маслом	200/3	150/3	13.49	10.19	12.37	10.58	49.44	42.97	488.62	388.62	2.68	2.06
ТТК-189х	Каши с маслом полусладкое	180	150	2.54	2.54	2.54	2.10	15.28	12.74	93.00	80.00	1.17	0.98
69/004	Ароматизатор	100	100	3.02	3.02	2.70	2.32	4.32	4.32	53.88	53.88	0.86	0.86
ТТК-473	Суп лапша овощная с сметаной	200/150	150/150	3.38	3.37	3.39	3.39	10.52	9.87	107.87	87.87	0.87	0.87
ТТК-504	Фрикадельки рыбные "Лазанья" с соусом томатным	50/30	50/30	4.14	4.14	5.14	5.14	4.72	4.75	74.45	71.13	1.17	1.17
50/904	Пюре картофельное	130	110	3.68	3.11	4.34	3.67	21.07	17.83	116.93	101.93		
ТТК-257х	Напиток "Плодово-ягодный" из соевого молока	200	150	0.50	0.37	0.02	0.02	19.43	14.58	79.92	59.94	0.03	0.02
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
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
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
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
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
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
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
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
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
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
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
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
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
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
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
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
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
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
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
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
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
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
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
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
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
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
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
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
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
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
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
ТТК-458	Ватрушка с повидлом	75	75	4.43	4.43	2.44	2						