

УТВЕРЖДАЮ:

Генеральный директор

ООО "Золотые пески"

— Р. И. Мулюк

ПОДПИСАНИЕ:

Исполнительный директор ООО "Золотые пески"

— Д. В. Золотых

— Д. В. Золотых

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАНИСК с 24.03.2025г. по 30.03.2025 г.

№ ПД	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	
													г
Пн, 24 марта 25													
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	3,87	2,07	2,32	2,02	15,30	10,04	1,47	0,48	41,83	31,80
31/104	Каша молочная "Геркулесовая" с маслом	200/3	150/3	4,63	4,98	4,48	5,54	26,50	19,78	182,02	140,34	1,37	1,03
ТТК-253а	Чай "Золотые пески" полулитровый	200	150	0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17	2,55	1,91
Второй завтрак													
69/04	Молоко питьевое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
Обед													
ТТК-102б	Салат "Оливье"	50	40	1,33	1,06	2,60	2,08	5,88	4,70	52,31	41,77	5,28	4,23
124/04	Суп картофельный с курицей со сметаной	200/5	150/5	1,84	1,42	4,07	3,52	8,13	6,14	84,63	65,48	26,43	19,83
ТТК-437	Пюре "Золотые пески"	80/150	50/100	27,43	26,01	11,70	10,10	46,45	27,15	378,65	304,12	3,45	2,90
ТТК-257а	Напиток "Плодово-ягодный" из софрутов	200	150	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
Хлеб "Дарницкий"													
		1200	1000	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
Углетный напиток													
33/04	Яблочный сок	1шт	1шт	5,52	0,50	5,04				67,46			
34/04	Масло сливочное с сыром с маслом	145/3	145/3	8,75	8,75	10,12	10,12	36,41	36,41	271,76	271,76	0,09	0,09
ТТК-437	Макаронный суп с сыром с маслом	200	150	1,65	1,24	3,30	2,98	7,40	5,80	48,15	36,11	0,75	0,58
72/04	Салат с помидорами	50/10	50/10	3,90	3,90	3,80	3,80	27,98	27,98	161,61	161,61	0,47	0,47
Хлеб "Дарницкий"													
		1200	1000	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
Итого стоимость питания в день													
		158,45 руб.	125,91 руб.										
Вт, 25 марта 25													
Завтрак													
1/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	3,87	2,07	2,32	2,02	15,30	10,04	1,47	0,48	41,83	31,80
30/204	Каша молочная с маслом с маслом	200/3	150/3	7,32	5,51	5,21	4,46	39,70	29,80	235,01	181,33	1,28	0,96
ТТК-343а	Кофеинированный напиток	180	180	2,22	2,27	4,70	3,91	14,31	11,50	63,39	51,69	0,75	0,62
Второй завтрак													
69/04	Молоко питьевое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
Обед													
11/04	Блюдо с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	1,91	1,47	3,77	3,01	11,19	8,44	85,34	66,74	24,28	18,20
ТТК-102б	Биточки рыбные "Морской"	75	50	9,69	4,42	9,18	4,48	5,44	2,42	144,63	71,01	1,38	0,59
52/04	Пюре картофельное	130	110	3,05	2,58	4,00	3,38	14,04	11,88	104,38	88,32	37,40	31,64
ТТК-43а	Супчик картофельный с помидорами	110	110	0,76	0,51			6,83	5,65	6,30	4,52	0,68	0,44
ТТК-256а	Напиток "Плодово-ягодный" из сока	200	150	0,51	0,38	0,06	0,06	19,38	14,53	80,23	60,17	0,15	0,11
Хлеб "Дарницкий"													
		44,6	36,25	2,94	2,39	0,40	0,40	16,29	14,86	89,33	72,81		
Углетный напиток													
ТТК-495а	Суп фруктовый "Морской"	100	100	0,84	0,84	10,95	10,95	75,70	69,37	429,86	405,07	14,52	13,80
ТТК-187а	Чай фруктовый "Морской"	130	110	3,38	2,37	4,64	3,93	21,48	18,15	143,80	121,51		
70/04	Сок фруктовый с витаминными добавками в ассортименте	150/18	100/18	3,40	3,40	5,12	5,12	38,46	32,43	207,79	159,04	4,32	3,60
Хлеб "Дарницкий"													
		1200	1000	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
Итого стоимость питания в день													
		158,45 руб.	125,91 руб.										
Ср, 26 марта 25													
Завтрак													
2/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	3,87	2,07	2,32	2,02	15,30	10,04	1,47	0,48	41,83	31,80
31/104	Каша молочная с маслом с маслом	200/3	150/3	7,32	5,51	5,21	4,46	39,70	29,80	235,01	181,33	1,28	0,96
ТТК-186а	Каша с молочными хлопьями	180	180	3,05	2,54	2,82	2,10	19,28	12,74	86,00	60,00	1,17	0,98
Второй завтрак													
69/04	Молоко питьевое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
Обед													
ТТК-350 а	Воспитатель с салатом (без яиц)	50	40	1,07	0,86	3,39	3,12	4,43	3,54	57,61	45,84	9,80	7,96
148/04	Суп с лапшой с овощами с маслом сливочным	200/25	150/25	6,53	6,40	8,22	7,76	2,88	2,28	111,58	104,49	2,24	1,84
ТТК-416а	Биточки с курицей и картофелем с маслом	50/150	30/120	28,53	18,18	6,54	4,85	16,76	13,33	239,99	169,65	145,82	118,68
ТТК-272а	Каша с молочными хлопьями с маслом	200	180	3,10	2,58	2,82	2,10	19,28	12,74	86,00	60,00	1,17	0,98
Хлеб "Дарницкий"													
		1200	1000	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
Углетный напиток													
ТТК-495а	Суп фруктовый "Морской"	100	100	0,84	0,84	10,95	10,95	75,70	69,37	429,86	405,07	14,52	13,80
8/27а, супчик ТТК-4	Заливное из рыбы "Плодово-ягодный" с овощами	150/15	100/10	29,35	19,90	14,34	11,28	35,58	26,75	388,83	287,93	1,47	1,00
ТТК-475	Чай полулитровый	200	150	0,20	0,15	0,05	0,04	5,06	3,79	21,50	16,12	0,10	0,08
Хлеб "Дарницкий"													
		1200	1000	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
Итого стоимость питания в день													
		158,45 руб.	125,91 руб.										
Чт, 27 марта 25													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	3,87	2,07	2,32	2,02	15,30	10,04	1,47	0,48	41,83	31,80
31/104	Каша молочная с маслом с маслом	200/3	150/3	7,32	5,51	5,21	4,46	39,70	29,80	235,01	181,33	1,28	0,96
ТТК-343а	Кофеинированный напиток	180	180	2,22	2,27	4,70	3,91	14,31	11,50	63,39	51,69	0,75	0,62
Второй завтрак													
69/04	Молоко питьевое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
Обед													
52/11	Салат из свеклы с картофелем со сметаной	50	40	1,07	0,86	3,39	3,12	4,43	3,54	57,61	45,84	9,80	7,96
124/04	Суп из лапши с овощами с маслом сливочным	200/10	150/10	2,05	1,47	4,52	3,52	7,29	5,38	78,09	54,95	40,22	30,18
ТТК-446а	Биточки "Золотые пески"	75	50	10,56	7,08	16,52	10,76	13,20	8,85	243,68	160,72		
21/04	Макаронный суп с помидорами	130	110	3,22	2,72	7,79	6,50	16,88	14,26	155,52	127,36	41,68	35,25
ТТК-257а	Напиток "Плодово-ягодный" из софрутов	200	150	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
Хлеб "Дарницкий"													
		1200	1000	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
Углетный напиток													
34/04	Омлет натуральный	53	53	5,06	5,06	6,39	6,39	0,75	0,75	80,75	80,75	0,19	0,19
81/04	Каша молочная с маслом	130	110	4,03	2,41	3,80	3,22	21,10	17,88	134,75	114,63		
ТТК-475	Чай полулитровый с витаминными добавками	200/18	150/18	2,90	2,88	5,77	5,76						
Хлеб "Дарницкий"													
		1200	1000	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
Итого стоимость питания в день													
		158,45 руб.	125,91 руб.										
Пт, 28 марта 25													
Завтрак													
1/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	3,87	2,07	2,32	2,02	15,30	10,04	1,47	0,48	41,83	31,80
30/204	Каша молочная с маслом с маслом	200/3	150/3	7,32	5,51	5,21	4,46	39,70	29,80	235,01	181,33	1,28	0,96
ТТК-343а	Кофеинированный напиток	180	180	2,22	2,27	4,70	3,91	14,31	11,50	63,39	51,69	0,75	0,62
Второй завтрак													
69/04	Молоко питьевое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
Обед													
78/04	Суп с лапшой и картофелем с маслом	50	40	1,17	0,97	3,61	3,01	11,19	8,44	85,34	66,74	24,28	18,20
124/04	Суп картофельный с курицей с маслом сливочным	200/10	150/10	1,68	1,47	4,46	3,52	7,29	5,38	78,09	54,95	40,22	30,18
ТТК-437а	Пюре "Золотые пески"	80/150	50/100	27,43	26,01	11,70	10,10	46,45	27,15	378,65	304,12	3,45	2,90
ТТК-563	Напиток "Плодово-ягодный" в софруте	200	150	0,51	0,37	0,06	0,06	19,38	14,53	80,23	60,17	0,15	0,11
Хлеб "Дарницкий"													
		1200	1000	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
Углетный напиток													
ТТК-495а	Суп фруктовый "Морской"	100	100	0,84	0,84	10,95	10,95	75,70	69,37	429,86	405,07	14,52	13,80
ТТК-187а	Чай фруктовый "Морской"	130	110	3,38	2,37	4,64	3,93	21,48	18,15	143,80	121,51		
70/04	Сок фруктовый с витаминными добавками в ассортименте	150/18	100/18	3,40	3,40	5,12	5,12	38,46	32,43	207,79	159,04	4,32	3,60
Хлеб "Дарницкий"													
		1200	1000	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
Итого стоимость питания в день													
		158,45 руб.	125,91 руб.										