

УТВЕРЖДАЮ:

Генеральный директор

ООО "Золотые пески"

_____ / И. И. Мухомов

УТВЕРЖДАЮ:
Менеджер производственного
контроля
_____ / И. И. Мухомов

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЛЕСЬЯ С 31.03.2025г. по 04.04.2025 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	Сред.	Дет. сад	Ясли	Сред.	С
Пн, 31 марта 25													
Завтрак													
3/04	Булгуровый суп	30/5	20/5	12,15	9,29	10,28	8,54	49,26	35,67	338,19	256,89	2,18	1,63
31/104	Яично-молочная каша (пюре) с маслом	200/3	150/3	6,83	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,80	140,34	1,37	1,03
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	180	1,05	1,24	1,30	0,66	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56
Второй завтрак													
69/04	Молочная каша	100	100	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37	
Обед													
14/04	Суп картофельный с мясным фаршем	50	40	0,97	0,78	3,08	2,45	5,68	4,50	54,17	43,34	0,48	0,37
50/11	Салат из овощей с растительным маслом	200/15	150/15	6,06	7,96	7,18	8,67	11,17	8,36	141,95	123,51	2,32	1,85
ТТК-720	Фаршированные рыбные котлеты с соусом томатным	60/30	60/30	4,24	4,24	6,72	6,72	4,25	4,25	94,43	94,43	1,81	1,81
60/04	Пюре картофельное	100	110	3,05	2,58	4,00	3,36	14,54	11,88	154,26	88,32	37,40	21,64
ТТК-650	Напиток "Травяной чай"	200	180	0,14	0,11	0,02	0,01	24,43	18,32	98,45	73,84	6,40	4,80
Утопительный полдник													
33/04	Яблоко вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,54	5,54			87,44	87,44		
51/04	Яблоко свежее	130	110	4,03	3,47	4,12	3,46	21,54	18,23	139,36	117,92		
ТТК-253	Чай "Ванильный" полусладкий	200	180	0,76	0,57	0,06	0,04	17,62	13,52	74,09	55,94	0,09	0,07
ТТК-436	Ванилин с сахаром	75	75	4,43	4,43	2,44	2,44	46,88	46,88	227,21	227,21	0,39	0,39
Ужин													
ТТК-650	Напиток "Травяной чай"	120	120	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
44/8	36,25	2,94	2,39	0,40	0,40	14,29	14,88	89,33	72,81				
Итого стоимость питания в день													
Вт, 01 апреля 25													
Завтрак													
3/04	Булгуровый суп	30/5	20/5	12,15	9,29	10,28	8,54	49,26	35,67	338,19	256,89	2,18	1,63
31/104	Яично-молочная каша (пюре) с маслом	200/3	150/3	6,83	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,80	140,34	1,37	1,03
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	180	1,05	1,24	1,30	0,66	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56
Второй завтрак													
69/04	Молочная каша	100	100	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37	
Обед													
14/04	Суп картофельный с мясным фаршем	50	40	0,97	0,78	3,08	2,45	5,68	4,50	54,17	43,34	0,48	0,37
50/11	Салат из овощей с растительным маслом	200/15	150/15	6,06	7,96	7,18	8,67	11,17	8,36	141,95	123,51	2,32	1,85
ТТК-720	Фаршированные рыбные котлеты с соусом томатным	60/30	60/30	4,24	4,24	6,72	6,72	4,25	4,25	94,43	94,43	1,81	1,81
60/04	Пюре картофельное	100	110	3,05	2,58	4,00	3,36	14,54	11,88	154,26	88,32	37,40	21,64
ТТК-650	Напиток "Травяной чай"	200	180	0,14	0,11	0,02	0,01	24,43	18,32	98,45	73,84	6,40	4,80
Утопительный полдник													
33/04	Яблоко вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,54	5,54			87,44	87,44		
51/04	Яблоко свежее	130	110	4,03	3,47	4,12	3,46	21,54	18,23	139,36	117,92		
ТТК-253	Чай "Ванильный" полусладкий	200	180	0,76	0,57	0,06	0,04	17,62	13,52	74,09	55,94	0,09	0,07
ТТК-436	Ванилин с сахаром	75	75	4,43	4,43	2,44	2,44	46,88	46,88	227,21	227,21	0,39	0,39
Ужин													
ТТК-650	Напиток "Травяной чай"	120	120	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
44/8	36,25	2,94	2,39	0,40	0,40	14,29	14,88	89,33	72,81				
Итого стоимость питания в день													
Ср, 02 апреля 25													
Завтрак													
3/04	Булгуровый суп	30/5	20/5	12,15	9,29	10,28	8,54	49,26	35,67	338,19	256,89	2,18	1,63
31/104	Яично-молочная каша (пюре) с маслом	200/3	150/3	6,83	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,80	140,34	1,37	1,03
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	180	1,05	1,24	1,30	0,66	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56
Второй завтрак													
69/04	Молочная каша	100	100	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37	
Обед													
14/04	Суп картофельный с мясным фаршем	50	40	0,97	0,78	3,08	2,45	5,68	4,50	54,17	43,34	0,48	0,37
50/11	Салат из овощей с растительным маслом	200/15	150/15	6,06	7,96	7,18	8,67	11,17	8,36	141,95	123,51	2,32	1,85
ТТК-720	Фаршированные рыбные котлеты с соусом томатным	60/30	60/30	4,24	4,24	6,72	6,72	4,25	4,25	94,43	94,43	1,81	1,81
60/04	Пюре картофельное	100	110	3,05	2,58	4,00	3,36	14,54	11,88	154,26	88,32	37,40	21,64
ТТК-650	Напиток "Травяной чай"	200	180	0,14	0,11	0,02	0,01	24,43	18,32	98,45	73,84	6,40	4,80
Утопительный полдник													
33/04	Яблоко вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,54	5,54			87,44	87,44		
51/04	Яблоко свежее	130	110	4,03	3,47	4,12	3,46	21,54	18,23	139,36	117,92		
ТТК-253	Чай "Ванильный" полусладкий	200	180	0,76	0,57	0,06	0,04	17,62	13,52	74,09	55,94	0,09	0,07
ТТК-436	Ванилин с сахаром	75	75	4,43	4,43	2,44	2,44	46,88	46,88	227,21	227,21	0,39	0,39
Ужин													
ТТК-650	Напиток "Травяной чай"	120	120	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
44/8	36,25	2,94	2,39	0,40	0,40	14,29	14,88	89,33	72,81				
Итого стоимость питания в день													
Чт, 03 апреля 25													
Завтрак													
3/04	Булгуровый суп	30/5	20/5	12,15	9,29	10,28	8,54	49,26	35,67	338,19	256,89	2,18	1,63
31/104	Яично-молочная каша (пюре) с маслом	200/3	150/3	6,83	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,80	140,34	1,37	1,03
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	180	1,05	1,24	1,30	0,66	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56
Второй завтрак													
69/04	Молочная каша	100	100	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37	
Обед													
14/04	Суп картофельный с мясным фаршем	50	40	0,97	0,78	3,08	2,45	5,68	4,50	54,17	43,34	0,48	0,37
50/11	Салат из овощей с растительным маслом	200/15	150/15	6,06	7,96	7,18	8,67	11,17	8,36	141,95	123,51	2,32	1,85
ТТК-720	Фаршированные рыбные котлеты с соусом томатным	60/30	60/30	4,24	4,24	6,72	6,72	4,25	4,25	94,43	94,43	1,81	1,81
60/04	Пюре картофельное	100	110	3,05	2,58	4,00	3,36	14,54	11,88	154,26	88,32	37,40	21,64
ТТК-650	Напиток "Травяной чай"	200	180	0,14	0,11	0,02	0,01	24,43	18,32	98,45	73,84	6,40	4,80
Утопительный полдник													
33/04	Яблоко вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,54	5,54			87,44	87,44		
51/04	Яблоко свежее	130	110	4,03	3,47	4,12	3,46	21,54	18,23	139,36	117,92		
ТТК-253	Чай "Ванильный" полусладкий	200	180	0,76	0,57	0,06	0,04	17,62	13,52	74,09	55,94	0,09	0,07
ТТК-436	Ванилин с сахаром	75	75	4,43	4,43	2,44	2,44	46,88	46,88	227,21	227,21	0,39	0,39
Ужин													
ТТК-650	Напиток "Травяной чай"	120	120	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
44/8	36,25	2,94	2,39	0,40	0,40	14,29	14,88	89,33	72,81				
Итого стоимость питания в день													
Пт, 04 апреля 25													
Завтрак													
3/04	Булгуровый суп	30/5	20/5	12,15	9,29	10,28	8,54	49,26	35,67	338,19	256,89	2,18	1,63
31/104	Яично-молочная каша (пюре) с маслом	200/3	150/3	6,83	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,80	140,34	1,37	1,03
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	180	1,05	1,24	1,30	0,66	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56
Второй завтрак													
69/04	Молочная каша	100	100	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37	
Обед													
14/04	Суп картофельный с мясным фаршем	50	40	0,97	0,78	3,08	2,45	5,68	4,50	54,17	43,34	0,48	0,37
50/11	Салат из овощей с растительным маслом	200/15	150/15	6,06	7,96	7,18	8,67	11,17	8,36	141,95	123,51	2,32	1,85
ТТК-720	Фаршированные рыбные котлеты с соусом томатным	60/30	60/30	4,24	4,24	6,72	6,72	4,25	4,25	94,43	94,43	1,81	1,81
60/04	Пюре картофельное	100	110	3,05	2,58	4,00	3,36	14,54	11,88	154,26	88,32	37,40	21,64
ТТК-650	Напиток "Травяной чай"	200	180	0,14	0,11	0,02	0,01	24,43	18,32	98,45	73,84	6,40	4,80
Утопительный полдник													
33/04	Яблоко вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,54	5,54			87,44	87,44		
51/04	Яблоко свежее	130	110	4,03	3,47	4,12	3,46	21,54	18,23	139,36	117,92		
ТТК-253	Чай "Ванильный" полусладкий	200	180	0,76	0,57	0,06	0,04	17,62	13,52	74,09	55,94	0,09	0,07
ТТК-436	Ванилин с сахаром	75	75	4,43	4,43	2,44	2,44	46,88	46,88	227,21	227,21	0,39	0,39
Ужин													
ТТК-650	Напиток "Травяной чай"	120	120	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
44/8	36,25	2,94	2,39	0,40	0,40	14,29	14,88	89,33	72,81				
Итого стоимость питания в день													
Сб, 05 апреля 25													
Завтрак													
3/04	Булгуровый суп	30/5	20/5	12,15	9,29	10,28	8,54	49,26	35,67	338,19	256,89	2,18	1,63
31/104	Яично-молочная каша (пюре) с маслом	200/3	150/3	6,83	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,80	140,34	1,37	1,03
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	180	1,05	1,24	1,30	0,66	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56
Второй завтрак													
69/04	Молочная каша	100	100	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37	
Обед													
14/04	Суп картофельный с мясным фаршем	50	40	0,97	0,78	3,08	2,45	5,68	4,50	54,17	43,34	0,48	0,37
50/11	Салат из овощей с растительным маслом	200/15	150/15	6,06	7,96	7,18	8,67	11,17	8,36	141,95	123,51	2,32	1,85
ТТК-720	Фаршированные рыбные котлеты с соусом томатным	60/30	60/30	4,24	4,24	6,72	6,72	4,25	4,25	94,43	94,43	1,81	1,81
60/04	Пюре картофельное	100	110	3,05	2,58	4,00	3,36	14,54	11,88	154,26	88,32	37,40	21,64
ТТК-650	Напиток "Травяной чай"	200	180	0,14	0,11	0,02	0,01	24,43					