

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

"СОГЛАСОВАНО"

И.Б.Д.О.У. Детский сад. Светланский

(№ДОУ)

Р.И. Мусина

(ФИО руководителя)

(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 02.02.2026г. по 06.02.2026 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	Дет. сад	Ясли					
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли			Дет. сад	Ясли					
Пн, 02 февраля 26																		
Завтрак																		
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	9,24	6,75	11,23	9,80	47,66	34,50	328,73	253,22	3,92	2,94					
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	6,63	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,50	149,34	1,37	1,03					
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17	2,55	1,91					
Второй завтрак																		
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					
Обед																		
52/11	Салат из свеклы отварной	50	40	0,97	0,78	3,06	2,45	5,68	4,55	54,17	43,34	6,46	5,17					
134/04	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200/5	155	1,75	1,34	5,01	3,95	8,72	6,58	86,96	67,22	23,22	17,42					
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	27,35	25,96	11,69	10,18	40,01	26,80	374,68	302,67	3,04	2,03					
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-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							
Уплотненный полдник																		
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	18,48	16,81	15,42	14,35	85,55	75,39	554,96	498,00	0,75	0,56					
ТТК - 181а	Макароны отварные	130	110	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44							
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	4,59	3,88	4,29	3,63	31,56	26,70	183,26	155,06							
ТТК-814	Булочка домашняя	30	30	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56					
	Хлеб белый	1/20	1/20	2,16	2,16	4,10	4,10	18,48	18,48	119,46	119,46							
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32							
Итого стоимость питания в день																		
Вт, 03 февраля 26		177,47 руб.	140,91 руб.	48,22	36,6	50,49	41,15	255,05	209,84	1 667,47	1 356,1	69,84	59,76					
Завтрак																		
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	13,92	9,43	15,81	12,59	69,38	52,00	475,53	359,02	2,07	1,58					
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	3,88	1,65	5,90	4,22	15,37	10,27	130,13	85,70	0,04						
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	7,32	5,51	5,21	4,46	39,70	29,80	235,01	181,33	1,28	0,96					
Второй завтрак																		
698/04	Ряженка	100	100	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62					
Обед																		
62/11	Салат из моркови с сахаром	50	40	3,09	3,09	6,18	6,18	4,22	4,22	84,87	84,87	0,31	0,31					
110/2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	3,09	3,09	6,18	6,18	4,22	4,22	84,87	84,87	0,31	0,31					
ТТК 499н	Палочки рыбо-крупяные из минтая	2/40		21,13	14,76	16,72	11,31	99,78	78,28	634,05	474,00	48,64	39,77					
ТТК 491к	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ.(зелён.гор)			0,62	0,50	0,05	0,04	5,81	4,65	26,16	20,92	2,40	1,92					
520/04	Пюре картофельное	130	110	1,83	1,40	3,80	3,04	11,63	8,45	88,03	66,76	21,85	16,36					
				10,75		7,84		15,74		176,51		1,73						
				6,05		3,97			9,81		99,21		2,34					
				2,86	2,42	4,26	3,60	19,17	16,22	126,47	107,01	22,51	19,04					

	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг			
			Белки		Жиры		Углеводы		Дет. сад	Ясли	С	С		
	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли						
									Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли
					245,40	192,90	272,40	212,00	1176,1	917,55	8102,35	6304,50	226,75	200,55
					49,08	38,58	54,48	42,40	235,22	183,51	1 620,57	1 260,90	45,35	40,11
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:														
В среднем в день:														

Зам. Ген. директора по производству и качеству
Экономист по ценам
Ведущий инженер-технолог по производству


Г. Н. Фазуллина


А. Р. Гатина


Л. Р. Загидуллина