

"УТВЕРЖДАЮ"  
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р.И. Мусина

СОГЛАСОВАНО  
Директор Детский сад, Светлячок

№ ДОУ  
В.Л. Талантаскина

(ФИО руководителя)

(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 16.03.2026г. по 19.03.2026 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					
<b>Пн, 16 марта 26</b>														
Завтрак														
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	9,24	6,75	11,23	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71		
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			
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17	1,37	1,03	
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	
52/11	Салат из свежлы 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	Макаронные 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	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32			
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61			
<b>Итого стоимость питания в день</b>		<b>177,47 руб. 140,91 руб</b>		<b>48,88</b>	<b>37,12</b>	<b>57,47</b>	<b>46,73</b>	<b>252,55</b>	<b>207,75</b>	<b>1 722,98</b>	<b>1 400,1</b>	<b>74,42</b>	<b>63,33</b>	
<b>Вт, 17 марта 26</b>														
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	3,09	3,09	6,18	6,18	4,22	4,22	84,87	84,87	0,31	0,31	
Обед														
ТТК 528н	Салат "Сельский"	50	40	21,81	15,30	23,72	16,91	97,73	76,64	691,62	520,06	53,72	43,84	
110/2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	1,30	1,04	7,05	5,64	3,76	3,01	83,73	66,98	7,48	5,99	
ТТК 499н	Палочки рыбо крупяные из минтая	2/40	2/40	10,75	10,75	7,84	7,84	15,74	15,74	176,51	176,51	21,85	16,36	
ТТК 491к	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ (зелен.гор)		1/40/10		6,05		3,97		9,81		99,21		2,34	



Итого	254,74	212,7	206,11	175,67	895,58	727,18	6 456,48	5 340,5	244,8	208,4
-------	--------	-------	--------	--------	--------	--------	----------	---------	-------	-------

	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				
<b>ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:</b>			198,8	152,7	218,1	168,5	943,6	735,2	6480,4	5042,0	180,8	160,4
<b>В среднем в день:</b>			49,69	38,18	54,53	42,13	235,90	183,81	1 620,11	1 260,50	45,20	40,10

Зам. Ген. директора по производству и качеству  Г. Н. Фазуллина

Экономист по ценам  А. Р. Гатина

Ведущий инженер-технолог по производству  Л. Р. Загидуллина