

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р.И. Мусина



"СОГЛАСОВАНО"
Директор сад. "Светлячок"
М.А.

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Т. ЗАЙНСК с 01.07.2024г. по 05.07.2024 г.

№ ИД	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					
Пн, 01 июля 24														
Завтрак														
3/04	Булгурод с сыром	30/5	20/5	14,20	10,82	48,54	47,99	43,37	237,75	201,3	1 600,97	1 389,68	73,48	60,14
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	3,87	3,07	12,04	2,32	2,02	15,30	10,20	375,71	284,83	3,08	2,32
ТТК-437	Чай полуслизкий с молоком	200	150	8,68	6,51	8,42	6,86	29,88	22,42	230,02	177,48	0,04	0,04	
697/04	Молоко кипяченое	100	100	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56	
Второй завтрак														
ТТК-513Н	Салат "Свежесть"	50	40	3,06	3,06	2,64	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	1,37	1,37	
148/04	Суп-паша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	20,90	19,11	21,45	19,66	84,25	69,94	613,64	533,19	37,50	30,00	
30 Пр.№321 от 07.	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	50/30	1,13	0,90	2,56	2,05	5,43	4,35	49,27	39,42	1,93	1,63	
520/04	Пюре картофельное	130	110	8,00	7,46	7,18	6,66	10,85	8,14	140,01	122,36	94,18	1,57	
ТТК-265Н	Компот "Фруктово-ягодный" из красной смородины	200	150	2,86	2,42	4,26	3,60	19,17	16,22	126,47	107,01	22,51	19,04	
	Хлеб белый	1/20	1/20	0,12	0,09	0,04	0,03	16,55	12,41	67,06	50,29	5,13	3,84	
Уплотненный полдник														
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	16,36	15,55	11,86	11,21	95,80	88,09	555,39	515,43	0,39	0,37	
510/04	Каша гречневая вязкая	130	110	5,52	5,52	5,04	5,04	5,04	5,04	67,44	67,44			
ТТК-253Н	Чай "Витаминный" полуслизкий	200	150	4,03	3,41	4,12	3,49	21,54	18,23	139,36	117,92			
ТТК-458	Ватрушка с повидлом	75	75	0,76	0,57	0,06	0,04	17,62	13,22	74,06	55,54	0,09	0,07	
	Хлеб белый	1/20	1/20	4,43	4,43	2,44	2,44	46,88	46,88	227,21	227,21	0,30	0,30	
	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		152,36 руб. 120,97 руб.												
Вт, 02 июля 24														
Завтрак														
3/04	Булгурод с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	8,33	8,36	11,34	10,56	31,09	34,89	259,73	268,00	2,51	2,00	
161/04	Суп молочный с рисом	200	150	1,52	3,00	5,04	5,62	0,07	10,35	51,74	104,00	0,04	0,04	
ТТК-198Н	Какао с молоком полуслизкое	180	150	3,76	2,82	3,78	2,84	15,74	11,80	111,99	84,00	1,30	0,98	
698/04	Простокваша	100	100	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98	
Второй завтрак														
	Салат из свежих овощей	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84	
52/11	Салат из свежих отварной	50	40	35,21	27,38	29,73	20,81	103,39	83,64	821,89	631,32	48,13	36,16	
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/5	0,91	0,73	3,06	2,45	5,33	4,27	52,49	41,99	6,06	4,85	
ТТК-739К	Котлеты "Татарские"	75	50	1,95	1,39	4,57	3,05	8,09	5,96	81,28	56,88	36,71	27,34	
Итого стоимость питания в день		156,55 руб. 120,97 руб.												

ТТК-446 707/04	Пюре из бобовых "Янтарное" Сок фруктовый разливной Хлеб белый Хлеб "Дарницкий"	130 200 1/20 44,6	110 150 1/20 36,25	14,70 1,00 1,62 2,94 34,31	12,44 0,75 1,62 2,39 26,25	4,32 0,20 0,49 18,39	3,65 0,20 0,40 16,11	32,42 20,20 9,76 18,29 85,53	27,44 15,15 9,76 14,86 69,55	227,34 84,80 47,32 89,33 644,91	192,37 63,60 47,32 72,61 528,18	4,80 3,60 4,80 12,67 10,49	3,60 3,60 4,80 12,67 10,49
ТТК-495Н ТТК-302Н ТТК-475	Уплотненный полдник Десерт фруктовый Яблоко Галушки "Снежок" Чай полусладкий с печеньем сахарным Хлеб белый	120 200 200/18 1/20	100 150 150/18 1/20	0,48 30,93 2,90 2,85	0,40 23,00 2,85 2,85	0,48 12,14 5,77 2,85	0,40 9,95 5,76 2,85	10,80 52,39 22,34 21,07	9,00 39,48 31,07 21,07	49,44 442,54 152,93 147,56	41,20 339,42 147,56 147,56	12,00 0,57 0,10 0,07	10,00 0,42 0,10 0,07
Итого стоимость питания в день													
Ср, 03 июля 24													
3/04	Завтрак			64,6	47,46	53,3	41,46	212,95	173,16	1 589,86	1 255,48	69,73	51,36
311/04	Бульброд с сыром	30/5	20/5	14,60	11,34	10,84	9,10	65,59	49,09	418,34	323,52	3,08	2,38
ТТК-343Н	Каша молочная манная (жидкая) с маслом Кофейный напиток полусладкий	200/3 180	150/3 150	3,87 8,21	3,07 6,17	2,32 6,88	2,02 5,71	15,30 36,35	10,20 27,27	97,54 240,19	71,24 185,11	0,04 2,29	0,04 1,72
697/04	Второй завтрак Молоко кипяченое	100	100	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62
13/2010	Обед Салат из свежих огурцов	50	40	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
110/2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/25/5	150/5	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
110/2004	Борщ с капустой и картофелем с мясными фрикадельками "Останкинские" со сметаной	200/25/5	150/5	36,64	23,15	29,23	19,17	93,24	72,19	782,52	553,82	62,64	45,73
ТТК - 394	Запеканка картофельная с мясом птицы с маслом	50	40	2,58	2,07	3,05	2,44	1,21	0,97	42,58	34,07	4,85	3,88
ТТК-268Н	Компот "Плодово-ягодный" из изюма Хлеб белый	200 1/20	150 1/20	7,77	1,37	8,75	3,04	11,77	8,29	156,90	65,96	22,23	16,17
ТТК-2Н	Уплотненный полдник Зеленый горошек порциями	15	10	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	2,64	1,88
208/10	Макароны запеченные с яйцом с маслом	150/5	150/5	10,30	9,91	10,59	10,55	49,06	46,82	332,77	321,91	2,22	1,48
ТТК-475	Чай полусладкий Хлеб белый	200 1/20	150 1/20	1,02	0,68	0,08	0,05	2,91	1,94	16,44	10,96	2,64	1,88
ТТК-475	Хлеб белый	44,6	36,25	7,46	7,46	10,26	10,26	31,33	31,33	247,51	247,51	0,32	0,32
Итого стоимость питания в день													
Чт, 04 июля 24													
2/04	Завтрак			62,88	49,09	57,97	49,86	237,81	193,99	1 724,65	1 421,14	67,34	55,74
311/04	Бульброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	15,44	11,65	14,05	12,12	77,24	59,43	497,28	393,48	3,45	2,72
ТТК-198Н	Каша молочная пшеничная с маслом Какао с молоком полусладкое	200/3 180	150/3 150	2,45 9,94	1,65 7,46	4,52 7,01	4,22 5,80	21,23 40,73	16,13 30,56	135,44 265,84	109,14 204,34	0,10 2,18	0,10 1,64
698/04	Второй завтрак Ацидофилин	100	100	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
ТТК-514Н	Обед Салат из белокочанной капусты со свеклой	50	40	3,02	3,02	2,70	2,70	4,32	4,32	53,68	53,68	0,86	0,86
132/2004	Рассолы ленинградский со сметаной	200/5	155	17,36	15,21	27,47	24,71	94,03	77,55	692,86	593,45	40,39	31,53
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/30	50/30	0,98	0,79	5,05	4,04	3,57	2,86	63,69	50,95	24,55	19,64
510/04	Каша пшеничная вязкая	130	110	2,51	1,80	3,95	2,96	14,50	10,26	103,60	74,87	13,35	9,41
ТТК-257Н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов Хлеб белый Хлеб "Дарницкий"	200 1/20 44,6	150 1/20 36,25	3,68 0,50	3,11 0,37	4,34 0,02	3,67 0,02	17,83 19,43	17,83 14,57	138,07 79,92	116,83 59,94	2,46 0,03	2,46 0,02
ТТК-495Н	Уплотненный полдник Десерт фруктовый Яблоко	130	130	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61	22,64	20,63
40/10, соус 351/1(Пудинг из творога с яблоками с соусом молочным сладким	150/15	100/30	27,06	19,21	13,75	10,33	62,22	52,69	480,83	360,53	13,00	13,00
686/04	Чай с лимонном Хлеб белый	200/7 1/20	150/7 1/20	0,52 0,27	0,52 0,22	0,52 0,06	0,52 0,05	25,48 15,28	19,71 11,52	53,56 62,73	232,27 47,38	6,34 3,30	4,36 3,27

Итого за неделю:
в среднем в день:

	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				
			272,69	211,20	322,36	233,99	1305,6	1018,0	9022,40	7074,90	251,55	226,35
			35,13	42,26	69,47	47,18	251,11	200,19	1804,48	1414,96	50,31	45,27

Зам. Ген. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

Мартынова
Г. Н. Мартынова
Гагина
А. Р. Гагина
Загдуллина
Л. Р. Загдуллина