

‘УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор
ООО ‘Школьное питание’
И Мусина

‘СОГЛАСОВАНО’
(№ДОУ)
(ФИО, руководитель)
(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г.ЗАЙНСК с 01.09.2025г. по 05.09.2025 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	С	С
				Дет сад	Ясли	Дет сад	Ясли	Дет. сад	Ясли				
				Дет сад	Ясли	Дет сад	Ясли	Дет. сад	Ясли			Дет сад	Ясли
				50 89	45,4	44,54	40 42	228,94	193,86			65 85	54,58
				10 68	7,82	8,86	7 12	49,26	35,67	1 520,31	1 320 85	2,12	1,59
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	2,40	1 60	0,90	0 60	15,30	10,20	78 90	52,60		
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-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	1,65	1 24	1 30	0 98	7 46	5 59	48 15	36 11	0,75	0,56
	Второй завтрак			3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56 23	56,23	1,37	1,37
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			17,83	16 57	20 62	18 99	60,60	50,24	499,40	438 22	61 81	51,13
20/2010	Салат из белокочанной капусты	50	40	0,97	0 77	2 55	2 04	5 24	4 19	47 83	38,26	29 89	23,91
148/04	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	8 05	7 50	7 18	6 67	11,15	8 36	141,47	123 45	2 21	1,84
ТТК-730	фрикадельки рыбные Капелька" с соусом томатным	50/30	50/30	4 24	4 24	6 72	6 72	4 24	4 24	94 38	94 38	1 61	1,61
520/04	Пюре картофельное	130	110	2 45	2 07	3 95	3 34	10,78	9 12	88 48	74,87	28 07	23 75
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			19 32	17 95	12 42	11 67	114 02	102 89	645 13	588 35	0 55	0 49
337/04	Яйцо,вареное	1 шт	1 шт	5 52	5 52	5 04	5 04			67 44	67 44		
510/04	Каша гречневая вязкая	130	110	4 03	3 41	4 12	3 49	21 54	18 23	139 36	117 92		
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	0 78	0 58	0 13	0 10	17 55	13 16	74 47	55 85	0 25	0 19
ТТК-458	Ватрушка с повидлом	75	75	4 43	4 43	2 44	2 44	46 88	46 88	227 21	227 21	0 30	0 30
	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		
Итого стоимость питания в день		170 64 руб.	135 49 руб.										
Вт, 02 сентября 25				79 68	63 54	61 23	50 36	214 93	179 14	1 729 37	1 423 87	70 9	57 01
	Завтрак			10 69	7 01	12 20	9 16	46 39	34 81	338 12	249 70	2 51	1 96
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	3 88	1 65	5 90	4 22	15 37	10 27	130 13	85 70	0 04	
161/04	Суп молочный с рисом	200	150	3 76	2 82	3 78	2 84	15 74	11 80	111 99	84 00	1 30	0 98
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3 05	2 54	2 52	2 10	15 28	12 74	96 00	80 00	1 17	0 98
	Второй завтрак			3 06	3 06	2 64	2 64	4 33	4 33	53 28	53 28	0 84	0 84
698/04	Простокваша	100	100	3 06	3 06	2 64	2 64	4 33	4 33	53 28	53 28	0 84	0 84
	Обед			37 50	32 89	26 43	22 02	101 42	84 25	793 48	666 72	46 61	35 28
62/11	Салат из моркови с сахаром	50	40	0 78	0 62	0 06	0 05	6 64	5 31	30 20	24 16	3 00	2 40
124/04	Щи из св кап с карт с мясн фрик Останкин со сметаной	200/25/10	150/25/5	7 53	7 09	9 51	8 36	6 46	4 89	141 58	123 16	38 81	29 28
ТТК-101н	Котлеты "Любимые"	75	50	8 93	7 98	11 85	9 36	7 65	6 84	172 91	143 50		
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	14 70	12 44	4 32	3 65	32 42	27 44	227 34	192 37		

707/04	Сок фруктовый разливной	200	150	1 00	0,75					20 20	15 15	84 80	63,60	4,80	3,60
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	0,20	0,20	9 76	9,76	47,32	47 32		
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36 25	2 94	2,39	0,49	0,49	0,40	0,40	18,29	14 86	89,33	72 61		
	Уплотненный полдник			28,43	20,58	19 96	16 54	16 54	16 54	62,79	55 75	544 49	454,17	20 94	18 93
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	145	145	0,58	0,58	0 58	0 58	0 58	0 58	13 05	13,05	59,74	59 74	14 50	14,50
40/10, соус 351/10	Пудинг из творога с яблоками с соусом молочным сладким	150/15	100/30	24 65	16 85	12 97	9,56	9,56	9,56	25 48	19 71	317 22	232,27	6 34	4 36
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/20	150/20	3 20	3,15	6,41	6 40	6 40	6 40	24 26	22,99	167 53	162 16	0 10	0,07
	Хлеб белый	1/20	1/20												
	Итого стоимость питания в день	170,64 руб	135 49 руб												
	Ср, 03 сентября 25			54 59	44,16	38,76	28,82	28,82	28,82	195 6'	161 44	1 349 67	1 081,67	78 29	59,13
Завтрак				11 09	8,34	7,66	6,36	6,36	6,36	62,21	46,56	362 17	276,73	2,12	1,65
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	2 40	1 60	0 90	0 60	0 60	0 60	15,30	10 20	78,90	52 60		
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	6 17	4,64	5,12	4,39	4,39	4,39	32,97	24 74	202,66	156,96	1 37	1,03
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	2 52	2,10	1,64	1,37	1,37	1,37	13 94	11 62	80,61	67 17	0 75	0,62
	Второй завтрак			3,06	3,06	2,64	2,64	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
697/04	Молоко кипяченое	100	100	3 06	3,06	2,64	2,64	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
	Обед			27,22	20 48	18 83	10 32	10 32	10 32	61 01	48,17	522 42	367,44	72 16	54,23
ТТК-294н	Огурец свежий порциями	50	40	2,72	2,17	0,05	0,04	0,04	0,04	1 28	1 02	16 43	13,15	5,10	4,08
110/2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	1,78	1,37	3 76	3,01	3,01	3,01	10 49	7 91	82 92	64 19	22,67	17 01
ТТК - 394	Запеканка картофельная с мясом птицы с маслом	180/3	130/3	21,10	15 32	14 82	7 07	7 07	7 07	18 82	13,98	293,11	180 80	44 39	33 14
ТТК-268н	Компот "Плодово-ягодный" из изюма	200	150							20 66	15,50	82 64	61,98		
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1 62	0 20	0 20	0 20	0 20	9 76	9,76	47 32	47 32		
	Уплотненный полдник			13 22	12,28	9 63	9,50	9,50	9,50	67,32	61,65	408 85	381,27	2 64	1,88
ТТК-2н	Зеленый горошек порциями	15	10	1,02	0 68	0 08	0 05	0 05	0 05	2 91	1 94	16 44	10 96	2 22	1,48
208/10	Макароны запеченные с яйцом с маслом	150/3	150/3	7 44	7 44	8 81	8 81	8 81	8 81	31 30	31,30	234 26	234 26	0 32	0 32
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0 20	0 15	0 05	0 04	0 04	0 04	5 06	3 79	21 50	16 12	0 10	0,08
	Хлеб белый	1/20	1/20	1 62	1 62	0 20	0 20	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	0 40	0 40	18,29	14,86	89,33	72 61		
	Итого стоимость питания в день	170,64 руб	135 49 руб												
	Чт, 04 сентября 25			64 61	50,02	54,65	48,09	48,09	48,09	249 22	202,66	1 747,3	1 443,67	66	56,07
Завтрак				13 49	10 19	12,37	10,86	10,86	10,86	74,02	57 01	461 46	366,62	2 58	2,06
2/04	Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	2,45	1 65	4 52	4 22	4 22	4 22	21,23	16,13	135 44	109 14	0 10	0,10
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	7 99	6 00	5 33	4 54	4 54	4 54	37,51	28 14	230 02	177 48	1 31	0 98
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3 05	2 54	2 52	2 10	2 10	2 10	15,28	12 74	96,00	80,00	1 17	0 98
	Второй завтрак			3,02	3 02	2 70	2 70	2 70	2 70	4 32	4 32	53,68	53,68	0 86	0,86
698/04	Ацидофилин	100	100	3,02	3 02	2 70	2 70	2 70	2 70	4 32	4 32	53,68	53,68	0 86	0,86
	Обед			17 04	15,07	24,84	22,80	22,80	22,80	91,75	76,61	658 69	571,95	43,93	34,81
ТТК473	Салат " Зайка"	50	40	0,83	0,66	2 58	2 06	2 06	2 06	5,55	4 44	48,69	38,95	24,86	19,89
131/04	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	150/5	2,33	1,78	3 79	3 03	3 03	3 03	10,20	7 70	84,23	65,17	16,55	12,41
ТТК-652, 587/04	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/30	50/30	5,14	5,14	13,42	13,42	13,42	13,42	7 45	7 45	171 13	171,13	2 49	2 49
510/04	Каша пшеничная вязкая	130	110	3,68	3,11	4 34	3 67	3 67	3 67	21,07	17,83	138,07	116,83		
ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	150	0,50	0,37	0 02	0 02	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	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	0 40	0 40	18,29	14,86	89,33	72,61		
	Уплотненный полдник			31,06	21,74	14 74	11,73	11,73	11,73	79,13	64,72	573,47	451,42	18,63	18,34
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	145	145	0,58	0,58	0 58	0 58	0 58	0 58	13 05	13,05	59,74	59 74	14 50	14,50
ТТК-341	Запеканка "Сладкоежка" с соусом сметанным "Сластена"	150/15	100/30	28,59	19,32	13 90	10 90	10 90	10 90	41,04	30,39	403 68	296,98	0 83	0,57
686/04	Чай с лимоном	200/7	150/7	0 27	0 22	0 06	0 05	0 05	0 05	15,28	11,52	62 73	47 38	3 30	3 27
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1 62	0 20	0 20	0 20	0 20	9 76	9,76	47 32	47 32		
	Итого стоимость питания в день	170,64 руб.	135 49 руб												
	Пт, 05 сентября 25			63 08	49,73	32,09	28,9	28,9	28,9	220 88	182,19	1 424,64	1 187,75	46 53	36 94

[illegible]

	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
			247,9	190,9	271,3	211,6	1175,9	919,3	8100,9	6300,9	227,6	201,4
			49,57	38,18	54,25	42,32	235,18	183,86	1 620,18	1 260,17	45,51	40,28
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:												
В среднем в день:												

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

Г.Н. Мартынова
А.Р. Гатина
П.Р. Загидуллина