



УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор
ООО Школьное питание"
Р И Мусина

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Т. ЗАИНСК с 12.05.2025г. по 16.05.2025 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	Дет. сад	Ясли
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли				
Пн, 12 мая 25													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	52,95	47,38	46,45	42,23	232,74	197,07	1 560,91	1 357,82	51,64	43,66
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	12,15	9,29	10,28	8,54	49,26	35,67	338,19	256,69	2,16	1,63
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	3,87	3,07	2,32	2,02	15,30	10,20	97,54	71,24	0,04	0,04
Второй завтрак													
697/04	Молоко кипяченное	100	100	6,63	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,50	149,34	1,37	1,03
Обед													
52/11	Салат из свеклы отварной	50	40	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56
148/04	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	50/30	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
520/04	Пюре картофельное	130	110	18,44	17,09	21,18	19,44	64,33	53,39	521,77	456,86	47,72	40,29
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	0,97	0,78	3,06	2,45	5,68	4,55	54,17	43,34	6,46	5,17
	Хлеб белый	1/20	1/20	8,06	7,50	7,18	6,67	11,17	8,38	141,55	123,51	2,22	1,85
Уплотненный полдник													
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	4,24	4,24	6,72	6,72	4,25	4,25	94,43	94,43	1,61	1,61
510/04	Каша гречневая вязкая	130	110	3,05	2,58	4,00	3,38	14,04	11,88	104,38	88,32	37,40	31,64
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
ТТК-458	Ватрушка с повидлом	75	75	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Хлеб белый	1/20	1/20	19,30	17,94	12,35	11,61	114,09	102,95	644,72	588,04	0,39	0,37
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
Итого стоимость питания в день													
Вт, 13 мая 25		158,45 руб.	125,81 руб.	78,03	65,46	62	52,92	192,01	171,8	1 638,03	1 425,22	74,68	59,08
Завтрак													
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	8,33	8,48	11,34	10,58	31,09	34,81	259,73	268,34	2,51	2,00
161/04	Суп молочный с рисом	200	150	1,52	3,12	5,04	5,64	0,07	10,27	51,74	104,34	0,04	0,04
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,76	2,82	3,78	2,84	15,74	11,80	111,99	84,00	1,30	0,98
Второй завтрак													
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
Обед													
ТТК №556н	Салат из картофеля с огурцами	50	40	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
124/04	Щи из св. кап с карт с мясн фрик Останкин со сметаной	200/25/10	150/25/5	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
ТТК-101н	Котлеты "Любимые"	75	50	38,69	33,82	28,88	23,98	99,77	82,88	813,67	682,57	54,89	41,81
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	1,48	1,18	2,55	2,04	3,82	3,06	44,14	35,31	9,24	7,39
				8,02	7,46	9,47	8,33	7,63	5,77	147,83	127,86	40,85	30,82
				8,93	7,98	11,85	9,36	7,65	6,84	172,91	143,50		
				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			9 76	9 76	47 32	47 32		
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36 25	2,94	2 39	0 49	0 49			18 29	14,86	89 33	72 61		
	Уплотненный полдник			27 95	20,10	19,14	15,72			56 82	49,78	511 35	421,03	16 44	14,43
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	100	0 40	0 40	0 40	0 40			9 00	9 00	41 20	41 20	10 00	10,00
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			25 48	19,71	317,22	232,27	6 34	4,36
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/18	150/18	2 90	2,85	5 77	5 76			22,34	21,07	152,93	147,56	0 10	0,07
	Хлеб белый	1/20	1/20												
	Итого стоимость питания в день	158,45 руб.	125,81 руб.												
	Ср, 14 мая 25			55,2	42,75	45,26	38,37			205,36	168,43	1 449,65	1 190,03	93,43	68,98
	Завтрак														
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	12,56	9,81	9 08	7,78			62,21	46,56	380 81	295,37	2,16	1,69
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	6,17	4,64	5 12	4,39			15 30	10,20	97,54	71,24	0,04	0,04
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	2,52	2,10	1 64	1,37			13 94	11,62	80,61	67 17	0 75	0,62
	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			26,36	17,60	23,91	18,45			70,77	55,16	603,76	457,16	87,26	64,04
612/04	Маринад овощной с томатом	50	40	0,79	0,63	5 05	4,04			5 30	4,24	69,84	55,87	4,24	3,39
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	1,91	1,47	3 77	3,01			11 19	8,44	86,34	66,74	24,26	18,20
ТТК - 394	Запеканка картофельная с мясом птицы с маслом	180/3	130/3	22,04	13,88	14,89	11,20			23,86	17,22	317 62	225,25	58,76	42,45
ТТК-268н	Компот "Флодово-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			9 76	9 76	47 32	47 32		
	Уплотненный полдник			13,22	12,28	9 63	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			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			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			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			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	158,45 руб.	125,81 руб.												
	Чт, 15 мая 25			65,28	50,51	55,8	48,99			245,5	198,79	1 745,62	1 438,2	49,4	41,64
	Завтрак														
2/04	Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	13,49	10,19	12,37	10,86			74,02	57,01	461,46	366,62	2,58	2,06
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	2,45	1,65	4 52	4 22			21,23	16,13	135,44	109,14	0 10	0 10
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	7,99	6,00	5 33	4 54			37,51	28,14	230,02	177,48	1,31	0 98
	Второй завтрак			3 05	2 54	2 52	2 10			15 28	12,74	96,00	80,00	1 17	0 98
698/04	Ацидофилин	100	100	3 02	3 02	2 70	2 70			4 32	4 32	53,68	53,68	0 86	0 86
	Обед			17,89	15,74	26,17	23,88			92,08	76,79	675,55	585,02	31,83	24,88
ТТК-359н	Винегрет из овощей (без лука)	50	40	1,35	1 08	3 89	3 12			4 09	3 28	56,84	45,48	7 70	6 16
132/04	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	150/5	2,66	2 03	3 81	3 05			11 98	9 03	92,90	71,67	21 60	16 20
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/30	50/30	5,14	5 14	13,42	13 42			7 46	7 46	171,17	171,17	2 50	2 50
510/04	Каша пшеничная вязкая	130	110	3 68	3 11	4 34	3 67			21 07	17 83	138 07	116 83		
ТТК-257н	Напиток "Флодово-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		
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2 39	0 49	0 40			18 29	14 86	89 33	72 61		
	Уплотненный полдник			30,88	21,56	14 56	11 55			75 08	60 67	554 93	432 88	14 13	13 84
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	100	0 40	0 40	0 40	0 40			9 00	9 00	41 20	41 20	10 00	10 00
ТТК-341	Запеканка "Сладкоежка" с соусом сметанным "Сластена"	150/15	100/30	28 59	19 32	13 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			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			9 76	9 76	47 32	47 32		
	Итого стоимость питания в день	158,45 руб.	125,81 руб.												
	Пт, 16 мая 25			65,36	48,25	33,12	27,68			228,46	188,22	1 473,38	1 194,91	55,77	44,3

ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ: В среднем в день:									
Масса порции, г		Пищевые вещества, г						Энерг. ценность, ккал	
Дет сад	Ясли	Белки		Жиры		Углеводы		Дет сад	Ясли
		Дет сад	Ясли	Дет сад	Ясли	Дет сад	Ясли		
		246,80	191,40	271,73	210,20	1175,9	918,40	8100,70	8301,25
		49,36	38,28	54,35	42,04	235,18	183,68	1620,14	1280,25
								Витамины, мг	
								С	С
								Дет сад	Ясли
								226,45	201,75
								45,29	40,35

Г.Н. Мартынова
А.Р. Газина
Л.Р. Захарютина

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