

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Согласовано

Директор

Ирина Мусина

Согласовано

Директор

Ирина Мусина

Согласовано

Директор

Ирина Мусина

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСКА с 15.09.2025г. по 19.09.2025 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	Дет сад	Ясли	
				Дет сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли						
Пн, 15 сентября 25															
Завтрак															
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	10,68	7,82	8,86	7,12	49,26	35,67	319,55	238,05	2,12	1,59		
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															
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															
20/2010	Салат из белокачанной 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															
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	19,32	17,95	12,42	11,67	114,02	102,89	645,13	588,35	0,55	0,49		
510/04	Каша гречневая вязкая	130	110	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44				
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	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	0,78	0,58	0,13	0,10	17,55	13,16	74,47	55,85	0,25	0,19		
	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															
Вт, 16 сентября 25															
Завтрак															
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	79,68	63,54	61,23	50,36	214,93	179,14	1 729,37	1 423,87	70,9	57,01		
161/04	Суп молочный с рисом	200	150	10,69	7,01	12,20	9,16	46,39	34,81	338,12	249,70	2,51	1,96		
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,88	1,65	5,90	4,22	15,37	10,27	130,13	85,70	0,04			
Второй завтрак															
698/04	Простокваша	100	100	3,76	2,82	3,78	2,84	15,74	11,80	111,99	84,00	1,30	0,98		
				3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98		
				3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84		
				3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84		
				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			9 76	9 76	47 32	47 32		
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36 25	2 94	2,39		0 49			18 29	14 86	89,33	72,61		
	Уплотненный полдник			28 43	20,58		19,96			16 54	55,75	544 49	454,17	20,94	18,93
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	145	145	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			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			24,26	22 99	167 53	162,16	0 10	0,07
	Хлеб белый	1/20	1/20												
Итого стоимость питания в день															
Ср, 17 сентября 25		170,64 руб	135,49 руб	54,59	44,16		38,76			28,82	161,44	1 349,67	1 081,67	78,29	59,13
Завтрак															
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	11,09	8,34		7,66			62,21	46,56	362,17	276,73	2,12	1,65
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	2,40	1 60		0 90			15,30	10,20	78,90	52,60		
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	6,17	4,64		5 12			32,97	24,74	202,66	156,96	1 37	1 03
	Второй завтрак			2,52	2,10		1 64			1,37	11,62	80 61	67 17	0 75	0 62
	Молоко кипяченное	100	100	3,06	3,06		2 64			5,06	5 06	56 23	56 23	1 37	1 37
697/04	Обед			27,22	20,48		18,83			10 32	48,17	522,42	367,44	72,16	54 23
ТТК 294н	Огурец свежий порциями	50	40	2 72	2,17		0 05			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			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	13 98	293 11	180,80	44 39	33 14
ТТК-268н	Компот "Фруктово-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			9 76	9 76	47 32	47 32		
	Уплотненный полдник			13,22	12,28		9,63			9 50	61,65	408,85	381,27	2,64	1,88
ТТК-2н	Зеленый горошек порциями	15	10	1,02	0,68		0 08			2,91	1,94	16,44	10,96	2,22	1 48
208/10	Макаронные запеченные с яйцом с маслом	150/3	150/3	7,44	7,44		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			5,06	3 79	21,50	16,12	0 10	0 08
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1 62		0 20			9 76	9 76	47 32	47 32		
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36 25	2 94	2,39		0 49			18,29	14,86	89 33	72 61		
Итого стоимость питания в день															
Чт, 18 сентября 25		170,64 руб	135,49 руб	64 61	50,02		54,65			48 09	202,66	1 747,3	1 443,67	66	56,07
Завтрак															
2/04	Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	13 49	10,19		12,37			10 86	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	16,13	135,44	109,14	0 10	0 10
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	7,99	6 00		5 33			37 51	28,14	230,02	177 48	1 31	0 98
	Второй завтрак			3,05	2,54		2 52			2 10	12,74	96,00	80,00	1 17	0 98
698/04	Ацидофилин	100	100	3,02	3,02		2 70			4 32	4 32	53 68	53 68	0 86	0 86
	Обед			17,04	15,07		24,84			22,80	76,61	658,69	571,95	43,93	34,81
ТТК473	Салат "Зайка"	50	40	0 83	0 66		2 58			2 06	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	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	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	17 83	138,07	116 83		
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	0 50	0 37		0 02			0 02	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	47 32	47 32		
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36 25	2 94	2 39		0 49			0 40	14 86	89 33	72 61		
	Уплотненный полдник			31,06	21 74		14 74			11 73	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	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	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	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	47 32	47 32		
Итого стоимость питания в день															
Пт, 19 сентября 25		170,64 руб.	135,49 руб.	63,08	49,73		32,09			28 9	182 19	1 424,64	1 187,75	46,53	36,94

	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
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:												
В среднем в день:												
			Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли
			247,85	192,85	271,25	211,60	1176,01	919,30	8100,70	6304,05	225,75	202,85
			49,57	38,57	54,25	42,32	235,19	183,86	1 620,14	1 260,81	45,15	40,57

Зам Ген директора по производству и качеству		Г Н Фазуллина
Экономист по ценам		А Р Гатина
Ведущий инженер технолог по производству		Л Р Загидуллина