

УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р И Мусина



ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ ЗАИНСК с 19.05.2025г. по 23.05.2025 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, 19 мая 25														
Завтрак														
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	9,24	6,75	11,23	9,80	47,66	34,50	177,22	1580,82	1326,08	41,23	31,25
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71			2,94
ТТК 253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17	2,55	1,91	
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	1,03
Обед														
ТТК 1025	Салат "Радужный"	50	40	1,33	1,06	2,60	2,08	5,88	4,70	52,21	41,77	5,28	4,23	26,38
134/04	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200/5	150/5	1,84	1,42	4,97	3,92	8,13	6,14	84,63	65,48	26,43	19,83	
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	27,43	26,01	11,70	10,18	40,45	27,10	376,85	304,12	3,45	2,30	
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	85,56	75,39	554,93	498,00	0,75	0,56	
ТТК - 181а	Макароны отварные	130	110	4,59	3,88	4,29	3,63	31,56	26,70	183,26	155,06			
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	
ТТК-814	Булочка домашняя	30	30	2,16	2,16	4,10	4,10	18,49	18,48	119,43	119,46			
	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														
Вт, 20 мая 25		158,45 руб.	125,81 руб.	48,1	37,74	45,78	37,87	238,44	195,34	1558,21	1273,17	81,31	68,67	
Завтрак														
3/04	Бутерброд с маслом с сыром			13,96	10,90	15,85	14,01	69,38	52,00	476,04	377,66	2,07	1,62	
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	30/5/5	20/5/5	3,92	3,12	5,94	5,64	15,37	10,27	130,64	104,34	0,04	0,04	
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	200/3	150/3	7,32	5,51	5,21	4,46	39,70	29,80	235,01	181,33	1,28	0,96	
	Второй завтрак	180	150	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62	
698/04	Кефир	100	100	3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	0,72	0,72	
Обед														
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	21,54	15,00	16,38	11,02	89,22	69,83	590,44	438,59	64,20	52,73	
ТТК 491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая	2/40		10,75		7,84		15,74		176,51		1,73		
ТТК 491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ (зелён гор)		1/40/10		6,05		3,97		9,81		99,21		2,34	
520/04	Пюре картофельное	130	110	3,05	2,58	4,00	3,38	14,04	11,88	104,38	88,32	37,40	31,64	
ТТК-81н	Огурцы консервированные порциями	15	10	0,76	0,51			0,82	0,55	6,33	4,22	0,66	0,44	

Пт, 23 мая 25													
Завтрак													
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	61,66	45,81	61 38	46,4	239,85	191 89	1 758,52	1 368,39	104	85 31
311/04	Каша молочная пшенная с маслом	200/3	150/3	13 05	9,86	13,05	11,38	68 12	51,12	442,22	346,34	2 48	1 96
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	2,45	1 65	4,52	4,23	15 37	10,27	112,00	85 71		
Второй завтрак													
697/04	Молоко кипяченое	100	100	7,55	5 67	6,01	5 05	37 47	28 11	234,22	180,63	1 31	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	5 06	5,06	56,23	56 23	1,37	1 37
				3,06	3,06	2,64	2,64	5 06	5,06	56 23	56,23	1,37	1 37
Обед													
52/11	Салат из свеклы отварной	50	40	18,52	13 75	32,09	23,04	74,29	58 93	660,04	498,02	89,30	71,30
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/5	0,97	0 78	3,06	2,45	5 68	4 55	54 17	43 34	6 46	5 17
ТТК-649к	Биточки "Рябушка"	75	50	2,05	1 47	4 52	3,02	7 29	5 38	78 05	54,55	40,22	30,16
216/04	Картофель тушеный	130	110	10,56	7 08	16,52	10,78	13 20	8 85	243,68	160,72		
ТТК-272н	Кисель из концентрата полусладкий	200	150	3 22	2 73	7 79	6 59	16 88	14 28	150 52	127 36	41 66	35 25
	Хлеб белый	1/20	1/20	0 10	0 07			21 48	16 11	86 30	64 73	0 96	0 72
Уплотненный полдник													
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	100	1 62	1 62	0 20	0 20	9 76	9 76	47 32	47 32		
ттк 572н	Пудинг из творога "Пышка" с повидлом	150/30	100/30	27 03	19 14	13 60	9 34	92 38	76 78	600 03	467 80	10 85	10 68
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0 40	0 40	0 40	0 40	9 00	9 00	41 20	41 20	10 00	10 00
	Хлеб полусладкий	1/20	1/20	21 87	14 58	12 46	8 30	50 27	39 37	400 68	290 55	0 75	0 60
	Хлеб белый	1/20	1/20	0 20	0 15	0 05	0 04	5 06	3 79	21 50	16 12	0 10	0 08
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	1 62	1 62	0 20	0 20	9 76	9 76	47 32	47 32		
				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.	318,18	252,83	260,04	215,9	1 119,8	907,66	8 092 4	6 585,1	322,27	263,98
Итого													

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	Дет. сад	Ясли
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:						248,05	192,85	270,00	210,90	1178,4	916,70
В среднем в день:						49,61	38,57	54,00	42,18	235,68	183,34
								8104,50	6302,75	227,45	200,95
								1 620,90	1 260,55	45,49	40,19

Зам. Ген. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

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