

УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Ирина И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

28.09.2025

И.И. Тимеев

ДЕТСКИЙ САД "СВЕТЛЫЧКА"

И.И. Тимеев

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСКА с 22.09.2025г. по 26.09.2025 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	С	Дет. сад
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли				Ясли
1/04	Завтрак												
311/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	62,98	56,69	49,23	43,55	220,8	176,37	1 578,33	1 324,2	40,36	30,63
ТТК-253к	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	9,24	6,75	11,23	9,80	47,66	34,50	328,73	253,22	3,92	2,94
	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71		
697/04	Второй завтрак												
	Молоко кипяченое	100	100	6,63	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,50	149,34	1,37	1,03
52/11	Обед												
134/04	Салат из свеклы отварной	50	40	0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17	2,55	1,91
ТТК-417	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200/5	150/5	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
ТТК-257н	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	32,20	30,07	19,94	16,76	82,53	61,42	638,41	516,75	34,32	25,76
	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	0,91	0,73	3,06	2,45	5,33	4,27	52,49	41,99	6,06	4,85
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,75	1,34	4,96	3,91	7,62	5,76	82,13	63,59	24,82	18,62
337/04	Уплотненный полдник												
ТТК - 181а	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	27,42	26,01	11,70	10,18	40,39	27,06	376,55	303,91	3,41	2,27
ТТК-437	Макароны отварные	200	150	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
ТТК 814	Чай полусладкий с молоком	30	30	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Булочка домашняя	1/20	1/20	18,48	16,81	15,42	14,35	85,55	75,39	554,96	498,00	0,75	0,56
	Хлеб белый	44,6	36,25	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
	Хлеб "Дарницкий"	170,64 руб.	135,49 руб.	4,59	3,88	4,29	3,63	31,56	26,70	183,26	155,06		
	Итого стоимость питания в день			1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56
3/04	Завтрак												
302/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	2,16	2,16	4,10	4,10	18,48	18,48	119,46	119,46		
ТТК-343н	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Кофейный напиток полусладкий	180	150	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
698/04	Второй завтрак												
	Кефир	100	100	47,97	36,36	46,57	37,29	247,01	203,38	1 599,03	1 294,5	79,37	67,75
62/11	Обед												
110/04	Салат из моркови с сахаром	50	40	13,92	9,43	15,81	12,59	69,38	52,00	475,53	359,02	2,07	1,58
ТТК 491н	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	3,88	1,65	5,90	4,22	15,37	10,27	130,13	85,70	0,04	
ТТК 491н	Палочки рыба крупяные из минтая	2/40	1/40/10	7,32	5,51	5,21	4,46	39,70	29,80	235,01	181,33	1,28	0,96
520/04	Пюре картофельное	130	110	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62
				3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	0,72	0,72
				3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	0,72	0,72
				20,97	14,61	16,39	11,04	91,82	71,90	598,63	445,42	57,76	47,35
				0,78	0,62	0,06	0,05	6,64	5,31	30,20	24,16	3,00	2,40
				1,80	1,38	3,76	3,01	10,59	7,96	83,43	64,43	22,97	17,19
				10,75		7,84		15,74		176,51		1,73	
					6,05		3,97		9,81		99,21		2,34
				2,57	2,17	3,96	3,35	11,42	9,67	91,61	77,52	29,91	25,31

Пт, 26 сентября 25														
Завтрак														
1/04	Бутерброд с маслом	30/5			60,67	45,03	61,48	46,51	237,69	190,89	1 746,75	1 362,34	99,49	82,35
311/04	Каша молочная пшенная с маслом	200/3			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												
Второй завтрак														
697/04	Молоко кипяченое	100			3 06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1 37
Обед														
14/10	Салат из свежих помидоров	50			0 39	0,31	3,03	2,42	2,65	2,12	39,37	31 50	6,40	5,12
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10			1 93	1 39	4,51	3,01	6,69	4,94	75,08	52,41	38,57	28,93
ТТК-649к	Биточки "Рябушка"	75			10,56	7,08	16,52	10,78	13 20	8,85	243,68	160,72		
	Картофель тушеный	130			2 75	2,32	7 75	6,56	14 30	12 10	137 98	116,75	34,36	29,07
ТТК-272н	Кисель из концентрата полусладкий	200			0 10	0,07			21 48	16,11	86,30	64,73	0,96	0,72
	Хлеб белый	1/20			1 62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
Уплотненный полдник														
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	145			27,21	19,32	13,78	9,52	96,43	80,83	618,57	486,34	15,35	15,18
тк-572н	Пудинг из творога "Пышка" с повидлом	150/30			0 58	0,58	0,58	0 58	13 05	13,05	59,74	59,74	14,50	14,50
ТТК-475	Чай полусладкий	200			21,87	14 58	12,46	8,30	50 27	39 37	400,68	290 55	0,75	0 60
	Хлеб белый	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			1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
Итого стоимость питания в день			170,64 руб.	135,49 руб.										
Итого					315,65	257,9	261,67	216,87	1 123,4	911,94	8 111,63	6 631,17	328,78	267,24

Итого за неделю: В среднем в день:		Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность,		Витамины,	
		Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	С	С
				Белки	Жиры	Углеводы						мг	С
				Дет. сад	Дет. сад	Дет. сад	Дет. сад	Дет. сад	Дет. сад	Дет. сад	Дет. сад	Дет. сад	Дет. сад
				245.65	192.90	271.65	211.85	1177.0	916.95	8101.15	6301.65	228.80	202.25
				49.13	39.58	54.33	42.37	235.39	183.39	1620.23	1280.33	45.76	40.45

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

[Signature]
Г. Н. Фазуллина
А. Р. Гатина
Л. Р. Закидуллина