

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р И Мусина



ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 24.03.2025г. по 28.03.2025 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	С
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли				
Пн, 24 марта 25													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	70,82	65,13	52,11	47,17	236,18	196,34	1 697,04	1 470,46	41,83	31,85
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	10,66	8,17	9,03	7,59	47,59	34,43	314,27	238,75	3,96	2,98
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	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 кипяченое	100	100	6,63	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,50	149,34	1,37	1,03
Обед													
ТТК-1025	Салат "Радужный"	50	40	0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17	2,55	1,91
134/04	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-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
ТТК 257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	32,72	30,48	19,49	16,40	83,65	62,27	640,93	518,63	35,19	26,38
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,33	1,06	2,60	2,08	5,88	4,70	52,21	41,77	5,28	4,23
Уплотненный полдник													
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	1,84	1,42	4,97	3,92	8,13	6,14	84,63	65,48	26,43	19,83
334/04	Макароны запеченные с сыром с маслом	145/3	145/3	27,43	26,01	11,70	10,18	40,45	27,10	376,85	304,12	3,45	2,30
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
733/04	Оладьи с повидлом	50/10	50/10	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Хлеб белый	1/20	1/20	24,38	23,42	20,95	20,54	99,88	94,58	685,61	656,85	1,31	1,12
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
Итого стоимость питания в день													
Вт, 25 марта 25		158,45 руб.	125,81 руб.	45,87	34,64	45,7	37,34	228,18	187,95	1 507,59	1 226,34	80,92	66,88
Завтрак													
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	12,49	9,43	14,43	12,60	69,38	52,00	457,40	359,03	2,03	1,58
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71		
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	7,32	5,51	5,21	4,46	39,70	29,80	235,01	181,33	1,28	0,96
Второй завтрак													
698/04	Кефир	100	100	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62
Обед													
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	0,72	0,72
ТТК-1026	Биточки рыбные "Морячка"	75	50	20,78	13,37	17,72	11,90	78,96	62,44	558,46	410,39	63,85	50,98
520/04	Пюре картофельное	130	110	1,91	1,47	3,77	3,01	11,19	8,44	86,34	66,74	24,26	18,20
ТТК-81н	Огурцы консервированные порциями	15	10	9,99	4,42	9,18	4,85	5,48	2,42	144,53	71,01	1,38	0,59
				3,05	2,58	4,00	3,38	14,04	11,88	104,38	88,32	37,40	31,64
				0,76	0,51			0,82	0,55	6,33	4,22	0,66	0,44

ТТК-258к	Напиток "Плодово ягодный" из урюка	200	150	0 51	0 38	0,08	0,06	19 38	14,53	80,23	60 17	0,15	0 11
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36 25	2,94	2 39	0,49	0,40	18 29	14,86	89,33	72,61		
	Хлеб белый	1/20	1/20	1 62	1 62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Уплотненный полдник			9 60	8 84	10,96	10,25	75,70	69 37	439,88	405,07	14,32	13,60
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-187а	Каша гречневая вязкая	130	110	3,98	3 37	4,64	3 93	21,48	18,18	143 60	121,51		
707/04	Сок фруктовый с печеньем сахарным в ассортименте	180/18	150/18	3,60	3,45	5,72	5,72	35 46	32 43	207,76	195,04	4,32	3,60
	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										
	Ср, 26 марта 25			88 47	64,49	50,02	42,24	212,04	171,2	1 652,3	1 323,01	174,49	141,69
	Завтрак			13,05	9,86	13,05	11,37	73,98	56,98	465,66	369,77	2,58	2,06
2/04	Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	2,45	1,65	4,52	4,22	21,23	16,13	135,44	109,14	0 10	0 10
311/04	Каша молочная пшенная с маслом	200/3	150/3	7,55	5,67	6 01	5,05	37,47	28,11	234,22	180,63	1,31	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	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			37 85	27,11	18,85	15,93	55,31	45,00	542,23	431,83	158,97	127,18
ТТК-359 н	Винегрет из овощей (без лука)	50	40	1,07	0,86	3,89	3,12	4,43	3,54	57,04	45,64	9,95	7 96
148/04	Суп лапша домашняя с мясными фрикадельками	200/25	150/25	6,53	6,40	8,22	7,76	2,88	2,26	111,58	104,49	2,24	1,84
	"Останкинские"												
ТТК-416к	Капуста тушеная с мякотью птицы	50/150	30/120	28,53	18,16	6,54	4,85	16,76	13,33	239,99	169,65	145,82	116,66
ТТК-272н	Кисель из концентрата полусладкий	200	150	0,10	0,07			21,48	16,11	86,30	64,73	0,96	0,72
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9 76	9 76	47,32	47,32		
	Уплотненный полдник			34,51	24,46	15,48	12,30	77,69	64,16	588,18	465,18	11,57	11,08
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
ץ-521н, соусТТК-4	Запеканка из творога "Ягодка" с соусом сметанным "Сластена"	150/15	100/30	29,35	19,90	14 34	11,26	35,58	26,75	388,83	287 93	1,47	1,00
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, 27 марта 25			51,29	42,42	63,54	51,99	211,39	172,89	1 622,61	1 328,96	91,66	73,39
	Завтрак			12 76	9,98	12,14	10,32	62,58	46,87	410,59	320,19	2,16	1,69
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	3,87	3,07	2,32	2,02	15,30	10,20	97 54	71,24	0,04	0,04
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	6,17	4,64	5 12	4,39	32,97	24,74	202,66	156,96	1,37	1,03
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91 99	0,75	0,62
	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			21,86	16,44	32,60	23,46	90,53	72,25	742,99	565,84	88,37	70,60
52/11	Салат из свеклы отварной	50	40	0,97	0,78	3,06	2,45	5,68	4,55	54,17	43,34	6,46	5,17
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/5	2,05	1,47	4,52	3,02	7,29	5,38	78,05	54,55	40,22	30,16
ТТК-649к	Биточки "Рябушка"	75	50	10,56	7,08	16,52	10,78	13,20	8,85	243,68	160,72		
216/04	Картофель тушеный	130	110	3,22	2,73	7,79	6,59	16,88	14,28	150,52	127,36	41,66	35,25
ТТК 257н	Напиток "Плодово-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			13,61	12,94	16,16	15,57	53,95	49,44	415,75	389,65	0,29	0,26
340/04	Омлет натуральный	53	53	5,06	5,06	6,39	6,39	0,75	0,75	80,75	80,75	0,19	0 19
510/04	Каша пшеничная вязкая	130	110	4,03	3 41	3,80	3,22	21,10	17,86	134,75	114,02		
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	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.										

[illegible]

	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				
			247,55	190,95	272,40	210,45	1177,9	919,70	8100,15	6300,95	225,60	201,90
			49,51	38,19	54,48	42,09	235,58	183,94	1 620,03	1 260,19	45,12	40,38
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:												
В среднем в день:												

Зам Ген директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер технолог по производству

Г Н Мартынова
А. Р Гатина
Л Р Загидуллина