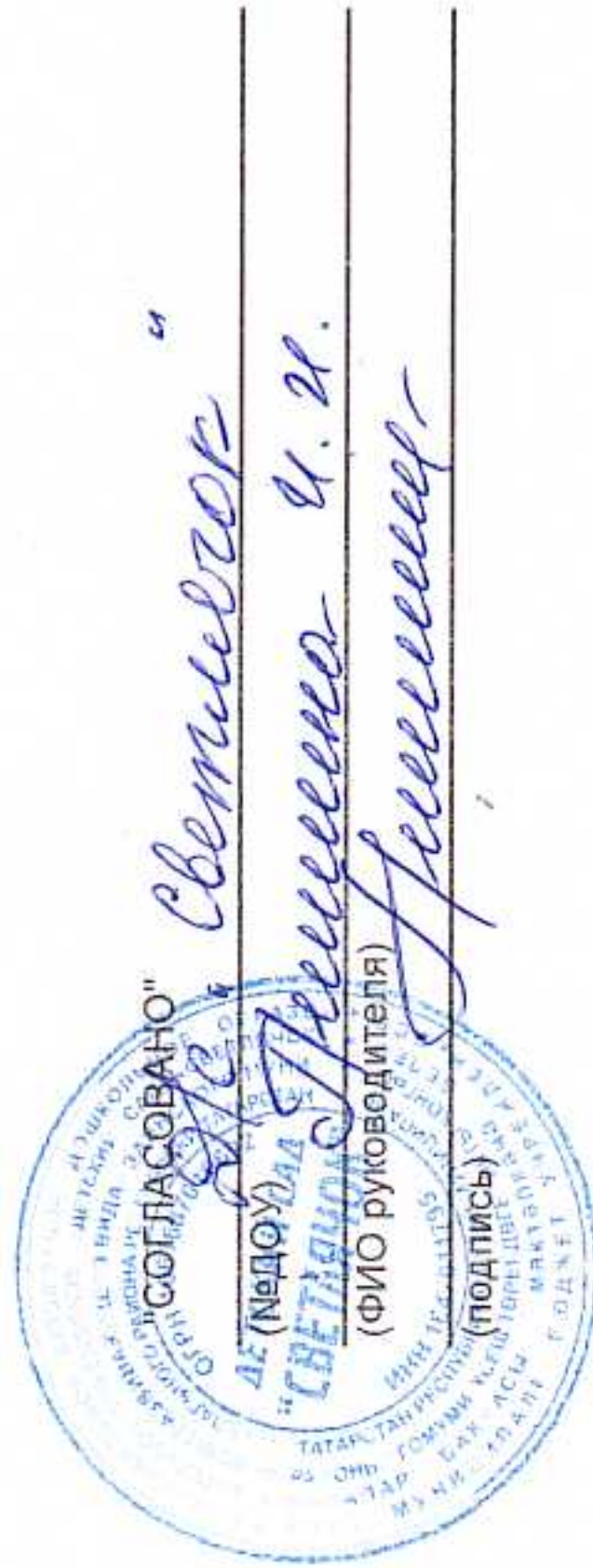


"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО Школьное питание

Р И Мусина



ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 25.08.2025г. по 29.08.2025 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	Дет сад	Ясли	
				Дет сад	Ясли	Дет сад	Ясли	Дет сад	Ясли					
Пн, 25 августа 25														
Завтрак														
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	9,24	6,75	11,23	9,80	47,66	34,50	328,73	1 577,78	253,22	3,92	2,94
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			
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	6,63	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,50	149,34	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	56,23	1,37	1,37
Обед														
52/11	Салат из свежкл отварной	50	40	32,17	30,06	19,94	16,76	82,41	61,33	637,86	516,34	34,00	25,52	4,85
134/04	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200/5	150/5	0,91	0,73	3,06	2,45	5,33	4,27	52,49	41,99	63,18	24,50	18,38
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	1,72	1,33	4,96	3,91	7,50	5,67	81,58	303,91	59,94	0,03	0,02
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	27,42	26,01	11,70	10,18	40,39	27,06	376,55	47,32	47,32		
	Хлеб белый	1/20	1/20	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	47,32	47,32		
Уплотненный полдник														
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	18,48	16,81	15,42	14,35	85,55	75,39	554,96	498,00	0,75	0,56	
ТТК - 181а	Макароны отварные	130	110	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44			
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	4,59	3,88	4,29	3,63	31,56	26,70	183,26	155,06			
ТТК-814	Булочка домашняя	30	30	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56	
	Хлеб белый	1/20	1/20	2,16	2,16	4,10	4,10	18,48	18,48	119,46	119,46			
	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, 26 августа 25														
Завтрак														
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	47,83	36,25	46,56	37,28	246,27	202,78	1 595,39	1 291,61	77,23	66,01	
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	13,92	9,43	15,81	12,59	69,38	52,00	475,53	359,02	2,07	1,58	
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	3,88	1,65	5,90	4,22	15,37	10,27	130,13	85,70	0,04		
Второй завтрак														
698/04	Кефир	100	100	7,32	5,51	5,21	4,46	39,70	29,80	235,01	181,33	1,28	0,96	
				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	

Обед														
62/11	Салат из моркови с сахаром	50			20 83	14,50	16,38	11,03	91 08	71,30	594,99	442 53	55,62	45 61
110/2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	40		0 78	0 62	0 06	0 05	6,64	5,31	30 20	24 16	3,00	2 40
ТТК 491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая	2/40	150/5		1 78	1 37	3 76	3 01	10 49	7 91	82 92	64,19	22 67	17 01
ТТК 491н	Палочки рыбо крупяные из минтая с овощ (зелён гор)		1/40/10		10 75		7 84		15 74		176 51		1,73	
520/04	Пюре картофельное	130			2,45	2,07	3 95	3 34	10,78	9 12	88,48	74 87	28 07	2 34
ТТК-258к	Напиток "Фруктово-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														
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	145	145		10 08	9,32	11,78	11,07	81,67	75,34	473 02	438,21	18,82	18 10
ТТК-187а	Каша гречневая вязкая	130	110		0 58	0 58	0 58	0 58	13,05	13,05	59 74	59 74	14 50	14 50
	Сок фруктовый с печеньем сахарным в ассортименте	180/20	150/20		3 98	3 37	4 64	3 93	21,48	18 18	143,60	121 51		
	Хлеб белый	1/20	1/20		3 90	3 75	6,36	6,36	37 38	34 35	222,36	209 64	4 32	3 60
Итого стоимость питания в день														
Ср, 27 августа 25														
Завтрак														
2/04	Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5		81 83	60 43	46,84	40,03	197,83	162 85	1 540,2	1 253,4	82,5	69 33
311/04	Каша молочная рисовая жидкая с маслом	200/3	150/3		10 75	8 13	12,16	10,71	69 48	53,61	430,41	343,33	2,64	2 11
ТТК 198н	Какао с молоком полусладкое	180	150		2 45	1 65	4 52	4 22	21 23	16 13	135 44	109 14	0 10	0 10
					5 25	3,94	5 12	4 39	32 97	24 74	198 97	154 19	1,37	1,03
697/04	Молоко кипяченое	100	100		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
20/2010	Салат из белокочанной капусты	50	40		34 97	25 33	18,35	15,20	49 21	40,39	501,78	399 76	63 01	50,47
148/04	Суп лапша домашняя с мясными фрикадельками	200/25	150/25		0 97	0 77	2 55	2 04	5 24	4 19	47 83	38,26	29,89	23,91
	"Останкинские"				6,53	6,39	8,22	7,76	2 86	2,22	111,50	104 33	2 23	1 82
ТТК-338к	Рагу из мякоти птицы	50/150	30/120		25 84	16 54	7 37	5 20	14 69	11 72	228 40	159 80	30 69	24,59
ТТК 503	Напиток "Фруктово ягодный" ассорти	200	150		0,01	0 01	0 01		16,66	12,50	66 73	50 05	0,20	0 15
	Хлеб белый	1/20	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	145		33 05	23,91	13,69	11,48	74,08	63,79	551,78	454,08	15,48	15 38
ТТК 341н	Творожник "Зебра" с соусом сметанным Сладстена"	150/15	100/30		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	150		27 71	19,17	12,37	10 26	27,92	22,33	333 89	258 29	0,88	0,80
	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		
Итого стоимость питания в день														
Чт, 28 августа 25														
Завтрак														
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5		62,05	50,87	57,55	48,55	219,3	179,68	1 643,36	1 359,03	24,74	19,73
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3		11,29	8 51	10,72	8,90	62,58	46,87	391,95	301,55	2,12	1,65
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150		2 40	1 60	0 90	0 60	15,30	10,20	78,90	52,60		
	Второй завтрак				6 17	4,64	5,12	4 39	32,97	24,74	202,66	156,96	1,37	1,03
698/04	Простокваша	100	100		2,72	2,27	4 70	3 91	14,31	11,93	110,39	91,99	0 75	0 62
					3,06	3 06	2 64	2 64	4 33	4 33	53,28	53,28	0,84	0,84
13/2010	Салат из свежих огурцов	50	40		3 06	3 06	2 64	2 64	4 33	4 33	53,28	53,28	0,84	0,84
139/04	Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы	200/15	150/15		33,72	25,99	27,38	20,79	86 30	69,39	726,54	568,69	18,29	13,78
ТТК-992	Мясо "Нежное" в соусе	40/50	25/25		2,47	1,98	5 04	4 03	1 16	0 93	59 91	47,92	4 64	3 71
					10,46	9 31	6 90	6 45	13 16	9 87	156 58	134,78	12,21	9 34
					13 09	8 08	11,12	6 64	3 84	1 92	167,79	99,77	1 41	0 71

510/04	Каша перловая вязкая	130	110	2,64	2,24	3,61	3,05	20,66	17,48	125,69	106,35		
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		
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
	Уплотненный полдник			13,98	13,31	16,81	16,22	66,09	59,09	471,59	435,51	3,49	3,46
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		
686/04	Чай с лимоном с печеньем сахарным в ассортименте	200/7/20	150/7/20	3,27	3,22	6,42	6,41	34,48	30,72	208,77	193,42	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	170,64 руб	135,49 руб										
	Пт, 29 августа 25			60,51	44,9	61,47	46,5	236,83	190,16	1742,57	1358,77	97,08	80,34
	Завтрак			13,05	9,86	13,05	11,38	68,12	51,12	442,22	346,34	2,48	1,96
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71		
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			17,19	12,66	32,00	22,96	67,22	53,15	625,55	469,86	77,88	61,83
14/10	Салат из свежих помидоров	50	40	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	150/5	1,91	1,37	4,51	3,01	6,58	4,84	74,56	51,93	38,21	28,65
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	2,61	2,21	7,74	6,55	13,55	11,47	134,32	113,66	32,31	27,34
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			27,21	19,32	13,78	9,52	96,43	80,83	618,57	486,34	15,35	15,18
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	145	145	0,58	0,58	0,58	0,58	13,05	13,05	59,74	59,74	14,50	14,50
тк 572н	Пудинг из творога "Пышка" с повидлом	150/30	100/30	21,87	14,58	12,46	8,30	50,27	39,37	400,68	290,55	0,75	0,60
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	170,64 руб	135,49 руб										
	Итого			315,17	249,13	261,65	215,91	1120,91	911,75	8099,3	6586,6	321,59	265,8

	Масса порции, г		Пищевые вещества, г						Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг		
	Дет сад	Ясли	Белки	Жиры		Углеводы		Дет сад	Ясли	Дет сад	Ясли	С	С
				Дет сад	Ясли	Дет сад	Ясли						
			Дет сад	Ясли	Дет сад	Ясли	Дет сад	Ясли	Дет сад	Ясли	С	С	
			246 00	190,50	261,95	217,60	1178,00	918,00	8057,20	6306,00	229,00	203,85	
			49 20	38,10	52,39	43,52	235,60	183,60	1 611,44	1 261,20	45,80	40,77	
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. Загладулина