

УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

И. И. Мусина

И. И. Мусина

Согласовано

Трушина И.И.

Директор

Детский сад "Светлячок"

Инн 1647011795

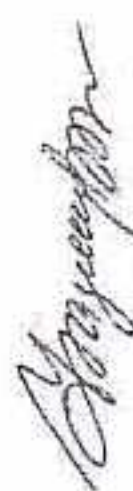
ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 06.10.2025г. по 10.10.2025 г.

№ 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				Дет. сад						
Пн, 06 октября 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	1578,33	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	1,37	1,03						
Второй завтрак																			
697/04	Молоко кипяченое	100	100	0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17	2,55	1,91						
Обед																			
52/11	Салат из свеклы отварной	50	40	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37						
134/04	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200/5	150/5	32,20	30,07	19,94	16,76	82,53	61,42	638,41	516,75	34,32	25,76						
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	0,91	0,73	3,06	2,45	5,33	4,27	52,49	41,99	6,06	4,85						
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	1,75	1,34	4,96	3,91	7,62	5,76	82,13	63,59	24,82	18,62						
	Хлеб белый	1/20	1/20	27,42	26,01	11,70	10,18	40,39	27,06	376,55	303,91	3,41	2,27						
Уплотненный полдник																			
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02						
ТТК 181а	Макароны отварные	130	110	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32								
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	18,48	16,81	15,42	14,35	85,55	75,39	554,96	498,00	0,75	0,56						
ТТК-814	Булочка домашняя	30	30	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44								
	Хлеб белый	1/20	1/20	4,59	3,88	4,29	3,63	31,56	26,70	183,26	155,06								
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56						
Итого стоимость питания в день																			
Вт, 07 октября 25		170,64 руб	135,49 руб.	47,97	36,36	46,57	37,29	247,01	203,38	1599,03	1294,5	79,37	67,75						
Завтрак																			
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	13,92	9,43	15,81	12,59	69,38	52,00	475,53	359,02	2,07	1,58						
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	3,88	1,65	5,90	4,22	15,37	10,27	130,13	85,70	0,04							
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																			
62/11	Салат из моркови с сахаром	50	40	3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	0,72	0,72						
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 491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая	2/40		20,97	14,61	16,39	11,04	91,82	71,90	598,63	445,42	57,76	47,35						
ТТК 491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ (зелен гор)		1/40/10	0,78	0,62	0,06	0,05	6,64	5,31	30,20	24,16	3,00	2,40						
520/04	Пюре картофельное	130	110	1,80	1,38	3,76	3,01	10,59	7,96	83,43	64,43	22,97	17,19						

Пт, 10 октября 25													
Завтрак													
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	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	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		
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
14/10	Салат из свежих помидоров	50	40	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/5	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
ТТК 649к	Биточки "Рябушка"	75	50	17,35	12,79	32,01	22,97	68,08	53,88	629,73	473,43	80,29	63,84
ТТК 272н	Картофель тушеный	130	110	0,39	0,31	3,03	2,42	2,65	2,12	39,37	31,50	6,40	5,12
	Кисель из концентрата полусладкий	200	150	1,93	1,39	4,51	3,01	6,69	4,94	75,08	52,41	38,57	28,93
	Хлеб белый	1/20	1/20	10,56	7,08	16,52	10,78	13,20	8,85	243,68	160,72		
	Уплотненный полдник			2,75	2,32	7,75	6,56	14,30	12,10	137,98	116,75	34,36	29,07
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	145	145	0,10	0,07			21,48	16,11	86,30	64,73	0,96	0,72
ТТК-572н	Пудинг из творога "Пышка" с повидлом	150/30	100/30	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	27,21	19,32	13,78	9,52	96,43	80,83	618,57	486,34	15,35	15,18
	Хлеб белый	1/20	1/20	0,58	0,58	0,58	0,58	13,05	13,05	59,74	59,74	14,50	14,50
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	21,87	14,58	12,46	8,30	50,27	39,37	400,68	290,55	0,75	0,60
	Итого стоимость питания в день	170,64 руб.	135,49 руб.	0,20	0,15	0,05	0,04	5,06	3,79	21,50	16,12	0,10	0,08
	Итого			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		
				315,65	257,9	261,67	216,87	1 123,4	911,94	8 111,63	6 631,17	328,78	267,24

	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг	
	Дет. сад	Ясли	Белки		Жиры		Углеводы		Дет. сад	Ясли	С	С
			Дет.	Ясли	Дет.	Ясли	Дет.	Ясли				
			Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли			Дет. сад	Ясли
			245,65	192,90	271,65	211,85	1177,0	916,95	8101,15	6301,65	228,80	202,25
			49,13	38,58	54,33	42,37	235,39	183,39	1 620,23	1 260,33	45,76	40,45
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:												
В среднем в день:												

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





Г Н Фазуллина
А Р Гатина
Л Р Загидуллина