

УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор

Светлана А. А.

ООО "Школьное питание"

Р И Мусина

Согласовано

Светлана А. А.

Согласовано

Светлана А. А.

Согласовано

Светлана А. А.

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ ЗАЙНСК с 07.04.2025г. по 11.04.2025 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, 07 апреля 25													
Завтрак													
З/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	10,66	8,17	9,03	7,59	47,59	34,43	177,16	1311,58	41,27	31,29
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	6,63	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,50	149,34	1,37	1,03
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
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
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	75,40	554,93	497,97	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	18,49	18,49	119,43	119,43		
	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, 08 апреля 25		158,45 руб.	125,81 руб.	47,92	37,74	45,75	37,87	238,56	195,34	1 557,7	1 273,17	81,31	68,67
Завтрак													
З/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	13,78	10,90	15,82	14,01	69,50	52,00	475,53	377,66	2,07	1,62
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	3,74	3,12	5,91	5,64	15,49	10,27	130,13	104,34	0,04	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													
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		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 с овощ (зелён гор)		1/40/10	1,91	1,47	3,77	3,01	11,19	8,44	86,34	66,74	24,26	18,20
520/04	Пюре картофельное	130	110	10,75	6,05	7,84		15,74		176,51		1,73	
ТТК-81н	Огурцы консервированные порциями	15	10	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 '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	100	100	0.40	0.40	0.40	0.40	9.00	9.00	41.20	405.07	14.32	13.60
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, 09 апреля 25			84,64	62,4	47,84	40,72	200,51	163,92	1 571,12	1 271,83	72,01	59,99
	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			35,66	25,75	18,64	15,41	51,44	42,14	515,99	410,29	57,08	45,68
ТТК-357н	Салат "Капуста квашеная" (б/лука)	50	40	0.90	0.72	2.78	2.22	4.27	3.42	45.66	36.53	15.00	12.00
148/04	Суп лапша домашняя с мясными фрикадельками "Останкинские"	200/25	150/25	6.53	6.40	8.22	7.76	2.88	2.26	111.58	104.49	2.24	1.84
	Рагу из мякоти птицы	200	150	26.60	17.00	7.43	5.23	17.87	14.20	244.70	171.90	39.64	31.69
ТТК-338к	Напиток "Фруктово-ягодный" ассорти	200	150	0.01	0.01	0.01		16.66	12.50	66.73	50.05	0.20	0.15
ТТК-503	Хлеб белый	1/20	1/20	1.62	1.62	0.20	0.20	9.76	9.76	47.32	47.32		
	Уплотненный полдник			32,87	23,73	13,51	11,30	70,03	59,74	533,24	435,54	10,98	10,88
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 - 341к	Творожник "Зебра" с соусом сметанным "Сластена"	150/15	100/30	27.71	19.17	12.37	10.26	27.92	22.33	333.89	258.29	0.88	0.80
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, 10 апреля 25			62,26	51,3	52,75	43,94	213,29	174,89	1 576,84	1 300,08	25,66	19,53
	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			32,83	25,32	21,81	15,41	92,43	74,25	697,22	536,96	22,37	16,74
78/04	Икра морковная	50	40	1.07	0.86	4.07	3.25	5.99	4.79	64.82	51.86	6.08	4.87
139/04	Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы	200/15	150/15	10.97	9.76	2.30	1.85	14.46	10.87	122.35	99.11	14.85	11.14
ТТК-992	Мясо "Нежное" в соусе	40/50	25/25	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			13,61	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.										

	Масса порции, г		Пищевые вещества, г						Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг	
			Белки		Жиры		Углеводы		Дет сад	Ясли	С	С
	Дет сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли				
									Дет сад	Ясли	Дет. сад	Ясли
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
П. Р. Загидуллина