

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
ООО "Школьное питание"
Р.И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"
(№ДОУ)
(ФИО руководителя)
(подпись)



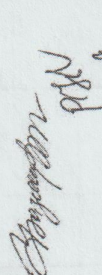
ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСКА 01.12.2025г. по 05.12.2025 г.

№ 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, 01 декабря 25													
Завтрак													
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	62,91	56,64	9,24	6,75	11,23	9,80	221,52	176,93	1 581,29	1 326,59
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	328,73	253,22
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	6,63	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,50	149,34	112,00	85,71
697/04	Второй завтрак			0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17	255	191
	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			32,13	30,02	19,98	16,80	83,25	61,98	641,37	519,14	32,35	24,32
52/11	Салат из свежкы отварной	50	40	0,91	0,73	3,06	2,45	5,33	4,27	52,49	41,99	6,06	4,85
134/04	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200/5	155	1,75	1,34	5,01	3,95	8,72	6,58	86,96	67,22	23,22	17,42
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	27,35	25,96	11,69	10,18	40,01	26,80	374,68	302,67	3,04	2,03
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		
	Уплотненный полдник			18,48	16,81	15,42	14,35	85,55	75,39	554,96	498,00	0,75	0,56
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
ТТК - 181а	Макароны отварные	130	110	4,59	3,88	4,29	3,63	31,56	26,70	183,26	155,06		
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56
ТТК-814	Булочка домашняя	30	30	2,16	2,16	4,10	4,10	18,48	18,48	119,46	119,46		
	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													
Вт, 02 декабря 25		170,64 руб.	135,49 руб.	48,09	36,48	46,9	37,56	254,74	209,6	1 633,36	1 322,28	69,99	59,98
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
698/04	Второй завтрак			2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62
	Кефир	100	100	3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	0,72	0,72
	Обед			3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	0,72	0,72
62/11	Салат из моркови с сахаром	100	100	21,09	14,73	16,72	11,31	99,55	78,12	632,96	473,20	48,38	39,58
110/2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	50	40	0,62	0,50	0,05	0,04	5,81	4,65	26,16	20,92	2,40	1,92
ТТК 491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая	200/5	150/5	1,79	1,37	3,80	3,04	11,40	8,29	86,94	65,96	21,59	16,17
ТТК 491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ (зелён. гор)	2/40	1/40/10	10,75	6,05	7,84	3,97	15,74	9,81	176,51	99,21	1,73	2,34
520/04	Пюре картофельное	130	110	2,86	2,42	4,26	3,60	19,17	16,22	126,47	107,01	22,51	19,04

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		
		1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Хлеб белый			10,08	9,32	11,78	11,07	81,67	75,34	473,02	438,21	18,82	18,10
ТТК-495н	Уплотненный полдник												
	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
	Каша гречневая вязкая	130	110	3,98	3,37	4,64	3,93	21,48	18,18	193,60	121,51		
	Сок фруктовый с печеньем сахарным в ассортименте	180/20	150/20	3,90	3,75	6,36	6,36	37,38	34,35	222,36	209,64	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	170,64 руб.	135,49 руб.	82,05	69	49,61	43,15	203,24	164,44	1 587,71	1 322,06	68,07	54,44
	Ср. 03 декабря 25			10,75	8,13	12,16	10,71	69,48	53,61	430,41	343,33	2,64	2,11
2/04	Завтрак			2,45	1,65	4,52	4,22	21,23	16,13	135,44	109,14	0,10	0,10
	Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	5,25	3,94	5,12	4,39	32,97	24,74	198,97	154,19	1,37	1,03
	Каша молочная рисовая жидкая с маслом	200/3	150/3	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
ТТК-198н	Второй завтрак			3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
	Молоко кипяченое	100	100	35,19	33,90	21,12	18,32	54,62	41,98	549,29	468,42	48,58	35,58
	Обед			0,92	0,74	5,05	4,04	3,43	2,75	62,88	50,30	21,44	17,15
	ТТК № 130	Салат "Метелка"	50	40	6,48	6,36	8,21	7,76	2,56	2,02	110,05	103,34	1,95
148/04	Суп лапша домашняя с мясными фрикадельками	200/25	150/25	26,16	25,17	7,65	6,32	22,21	14,95	262,31	217,41	24,99	16,66
	"Останкинские"	50/150	50/100	0,01	0,01	0,01	0,01	16,66	12,50	66,73	50,05	0,20	0,15
	Рагу из мякоти птицы	200	150	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Напиток "Плодово-ягодный" ассорти	1/20	1/20	33,05	23,91	13,69	11,48	74,08	63,79	551,78	454,08	15,48	15,38
ТТК-503	Хлеб белый			0,58	0,58	0,58	0,58	13,05	13,05	59,74	59,74	14,50	14,50
	Уплотненный полдник			145	145	12,37	10,26	27,92	22,33	333,89	258,29	0,88	0,80
	Десерт фруктовый Яблоко	150/15	100/30	27,71	19,17	0,15	0,05	5,06	3,79	21,50	16,12	0,10	0,08
	Творожник "Зебра" с соусом сметанным "Сластена"	200	150	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
ТТК-475	Чай полусладкий	1/20	1/20	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
	Хлеб белый	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
	Хлеб "Дарницкий"	170,64 руб.	135,49 руб.	60,53	49,67	55,12	46,61	224,96	184,19	1 638,02	1 354,85	31,63	25,41
	Итого стоимость питания в день			11,29	8,51	10,72	8,90	62,58	46,87	391,95	301,55	2,12	1,65
Чт. 04 декабря 25	Завтрак			2,40	1,60	0,90	0,60	15,30	10,20	78,90	52,60		
	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	6,17	4,64	5,12	4,39	32,97	24,74	202,66	156,96	1,37	1,03
	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62
	Кофейный напиток полусладкий	180	150	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
ТТК-343н	Второй завтрак			3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
	Простокваша	100	100	32,20	24,79	24,95	18,85	91,96	73,90	721,20	564,51	25,18	19,46
	Обед			0,88	0,70	2,51	2,01	4,26	3,40	43,11	34,49	14,00	11,20
	ТТК-357н	Салат "Капуста квашеная"	50	40	10,56	9,41	7,00	6,53	15,88	11,99	168,80	144,41	9,93
139/04	Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы	40/50	25/25	13,06	8,06	11,12	6,64	3,68	1,84	167,03	99,39	1,22	0,61
	Мясо "Нежное" в соусе	130	110	2,64	2,24	3,61	3,05	20,66	17,48	125,69	106,35		
	Каша перловая вязкая	200	150	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
ТТК-257н	Хлеб белый	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
	Хлеб "Дарницкий"			13,98	13,31	16,81	16,22	66,09	59,09	471,59	435,51	3,49	3,46
	Уплотненный полдник			53	53	6,39	6,39	0,75	0,75	80,75	80,75	0,19	0,19
	Омлет натуральный	130	110	4,03	3,41	3,80	3,22	21,10	17,86	134,75	114,02		
340/04	Каша пшеничная вязкая	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
	Чай с лимоном с печеньем сахарным в ассортименте	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Хлеб белый	170,64 руб.	135,49 руб.	61,28	45,58	63,31	47,86	245,4	196,35	1 706,42	1 398,53	131,68	116,73
	Итого стоимость питания в день												
	П.ч. 05 декабря 25												

	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				
			Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли			Дет. сад	Ясли
			247,90	190,35	270,95	211,30	1175,4	919,25	8100,80	6300,90	226,15	201,40
			49,58	38,07	54,19	42,26	235,08	183,85	1 620,16	1 260,18	45,23	40,28
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