

"УТВЕРЖДАЮ"  
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р. И. Мусина



ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСК с 12.02.2024г. по 16.02.2024 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										
				сад	Ясли	сад	Ясли	сад	Ясли										
<b>Пн, 12 февраля 24</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	59,24	48,03	14,01	10,69	2,94	2,24	11,96	9,79	52,76	239,09	200,9	1 668,91	1 386,62	53,42	43,26	
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	3,68	2,94	8,68	6,51	1,24	1,30	0,98	7,46	5,06	5,06	5,06	374,76	284,05	3,08	2,32	
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	1,65	1,24	3,06	3,06	2,64	2,64	2,64	2,64	2,64	2,64	2,64	96,59	70,46	0,04	0,04	
697/04	Молоко кипяченое	100	100	3,06	3,06	25,91	18,83	0,82	0,65	5,05	4,04	3,21	2,57	2,57	230,02	177,48	2,29	1,72	
<b>Обед</b>																			
ТТК-130	Салат "Метелка"	50	40	8,00	7,46	8,00	7,46	19,81	18,83	26,40	19,81	85,29	69,28	61,51	49,21	17,63	14,10	1,93	1,63
148/04	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	9,99	4,42	9,99	4,42	9,18	4,85	5,48	2,42	144,53	71,01	140,01	122,36	1,38	0,59	1,38	0,59
ТТК-1026	Биточки рыбные "Морячка"	75	50	2,86	2,42	2,86	2,42	4,26	3,60	0,04	0,03	19,17	16,22	126,47	107,01	22,51	19,04	5,13	3,84
520/04	Пюре картофельное	130	110	0,12	0,09	0,12	0,09	0,04	0,03	0,04	0,18	9,94	12,41	67,06	50,29	5,13	3,84		
ТТК-265Н	Компот "Плодово-ягодный" из красной смородины	200	150	1,52	1,52	1,52	1,52	0,18	0,18	0,18	0,18	20,09	17,58	95,35	83,43	0,39	0,37		
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	2,60	2,27	2,60	2,27	0,51	0,45	0,45	0,45	9,94	9,94	55,53	51,57				
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	16,26	15,45	16,26	15,45	11,84	11,19	5,04	5,04	95,98	88,27	67,44	67,44				
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,52	5,52	4,12	3,49	4,12	3,49	21,54	18,23	139,36	117,92				
510/04	Каша гречневая вязкая	130	110	4,03	3,41	4,03	3,41	0,06	0,04	0,06	0,04	17,62	13,22	74,06	55,54	0,09	0,07		
ТТК-253Н	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	0,76	0,57	0,76	0,57	2,44	2,44	2,44	2,44	46,88	46,88	227,21	227,21	0,30	0,30		
ТТК-458	Ватрушка с повидлом	75	75	4,43	4,43	4,43	4,43	1,52	1,52	1,52	1,52	9,94	9,94	47,46	47,46				
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	1,52	1,52	0,18	0,18	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46				
<b>Итого стоимость питания в день</b>		<b>152,36 руб. 120,97 руб.</b>		<b>83,71</b>	<b>65,98</b>	<b>62,27</b>	<b>49,53</b>	<b>250,46</b>	<b>205,9</b>	<b>1 897,03</b>	<b>1 533,1</b>	<b>60,31</b>	<b>49,31</b>	<b>1 897,03</b>	<b>1 533,1</b>	<b>60,31</b>	<b>49,31</b>	<b>2,51</b>	<b>2,00</b>
<b>Вт, 13 февраля 24</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	10,55	8,36	12,21	10,56	5,91	5,62	15,49	10,35	46,51	34,89	338,12	268,00	2,51	2,00	0,04	0,04
161/04	Суп молочный с рисом	200	150	3,76	3,00	3,76	3,00	2,81	2,81	15,74	11,80	111,99	84,00	104,00	104,00	1,30	0,98		
ТТК-198Н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,05	2,54	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	80,00	80,00	1,17	0,98		
<b>Второй завтрак</b>																			
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	10,55	8,36	12,21	10,56	5,91	5,62	15,49	10,35	46,51	34,89	338,12	268,00	2,51	2,00	0,04	0,04
161/04	Суп молочный с рисом	200	150	3,76	3,00	3,76	3,00	2,81	2,81	15,74	11,80	111,99	84,00	104,00	104,00	1,30	0,98		
ТТК-198Н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,05	2,54	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	80,00	80,00	1,17	0,98		

698/04	Простокваша	100	100	3,06	3,06	27,08	2,64	2,64	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	53,28	0,84	0,84	0,84
52/11	<b>Обед</b> Салат из свеклы отварной	50	40	34,64	27,08	29,72	20,83	29,72	20,83	105,23	86,47	86,47	826,93	826,93	641,61	42,29	42,29	31,98
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/5	0,97	0,78	3,06	2,45	3,06	2,45	5,68	4,55	4,55	54,17	54,17	43,34	6,46	6,46	5,17
ТТК-739К	Котлеты "Татарские"	75	50	1,76	1,26	4,56	3,04	4,56	3,04	7,60	5,61	5,61	78,48	78,48	54,86	30,47	30,47	22,84
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	12,09	8,06	17,09	11,06	17,09	11,06	9,30	6,20	6,20	239,33	239,33	156,55	0,56	0,56	0,37
707/04	Сок фруктовый разливной	200	150	1,00	0,75		3,65	4,32	3,65	32,42	27,44	27,44	227,34	227,34	192,37			
	Хлеб "Рябиனுшка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	0,18	0,18	9,94	9,94	9,94	47,46	47,46	47,46			
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,60	2,27	0,51	0,45	0,51	0,45	20,09	17,58	17,58	95,35	95,35	83,43			
	<b>Уплотненный полдник</b>			35,46	27,48	17,70	15,50	17,70	15,50	94,39	80,21	80,21	678,70	678,70	570,21	14,67	14,67	14,49
ТТК-495Н	Десерт фруктовый Яблоко	140	140	0,56	0,56	0,56	0,56	0,56	0,56	12,60	12,60	12,60	57,68	57,68	57,68	14,00	14,00	14,00
ТТК-302Н	Галушки "Снежок"	200	150	30,93	23,00	12,14	9,95	12,14	9,95	52,39	39,48	39,48	442,54	442,54	339,42	0,57	0,57	0,42
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/15	150/15	2,45	2,40	4,82	4,81	4,82	4,81	19,46	18,19	18,19	131,02	131,02	125,65	0,10	0,10	0,07
	Хлеб "Рябиனுшка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	0,18	0,18	9,94	9,94	9,94	47,46	47,46	47,46			
	<b>Итого стоимость питания в день</b>	152,36 руб.	120,97 руб.															
	<b>Ср, 14 февраля 24</b>			61,88	45,42	50,2	38,99	50,2	38,99	219,87	180,02	180,02	1 578,81	1 578,81	1 252,64	65,14	65,14	47,79
3/04	<b>Завтрак</b> Бутерброд с сыром	30/5	20/5	14,41	11,21	10,76	9,03	10,76	9,03	65,71	49,17	49,17	417,39	417,39	322,74	3,08	3,08	2,38
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	3,68	2,94	2,24	1,95	2,24	1,95	15,42	10,28	10,28	96,59	96,59	70,46	0,04	0,04	0,04
ТТК-343Н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	8,21	6,17	6,88	5,71	6,88	5,71	36,35	27,27	27,27	240,19	240,19	185,11	2,29	2,29	1,72
	<b>Второй завтрак</b>			2,52	2,10	1,64	1,37	1,64	1,37	13,94	11,62	11,62	80,61	80,61	67,17	0,75	0,75	0,62
697/04	Молоко кипяченое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	2,64	2,64	5,06	5,06	5,06	56,23	56,23	56,23	1,37	1,37	1,37
	<b>Обед</b>			3,06	3,06	2,64	2,64	2,64	2,64	5,06	5,06	5,06	56,23	56,23	56,23	1,37	1,37	1,37
62/11	Салат из моркови с сахаром	50	40	34,21	21,34	26,23	16,79	26,23	16,79	99,86	78,79	78,79	772,28	772,28	551,62	58,05	58,05	42,16
110/2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/25/5	150/5	0,62	0,50	0,05	0,04	0,05	0,04	5,81	4,65	4,65	26,16	26,16	20,92	2,40	2,40	1,92
110/2004	Борщ с капустой и картофелем с мясными прикардельками "Останкинские" со сметаной	200	150	7,74	1,35		3,03			8,75			156,92	156,92	65,95	20,09	20,09	
ТТК-393К	Запеканка картофельная с мясом "По- Домашнему" с маслом	180/5	130/5	14,00	10,12	27,16	20,63	27,16	20,63	31,26	22,60	22,60	425,43	425,43	316,51	35,56	35,56	25,68
ТТК-268Н	Компот "Плодово-ягодный" из изюма	200	150	1,52	1,52	0,18	0,18	0,18	0,18	9,94	9,94	9,94	47,46	47,46	47,46			
	Хлеб "Рябиனுшка"	1/20	1/40,6	2,60	2,27	0,51	0,45	0,51	0,45	20,09	17,58	17,58	95,35	95,35	83,43			
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	10,20	9,81	10,57	10,53	10,57	10,53	49,24	47,00	47,00	332,91	332,91	322,05	2,64	2,64	1,88
	<b>Уплотненный полдник</b>			1,02	0,68	0,08	0,05	0,08	0,05	2,91	1,94	1,94	16,44	16,44	10,96	2,22	2,22	1,48
ТТК-2Н	Зеленый горошек порциями	15	10	7,46	7,46	10,26	10,26	10,26	10,26	31,33	31,33	31,33	247,51	247,51	247,51	0,32	0,32	0,32
208/10	Макаронны запеченные с яйцом с маслом	200	150	0,20	0,15	0,05	0,04	0,05	0,04	5,06	3,79	3,79	21,50	21,50	16,12	0,10	0,10	0,08
ТТК-475	Чай полусладкий	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	0,18	0,18	9,94	9,94	9,94	47,46	47,46	47,46			
	Хлеб "Рябиனுшка"	152,36 руб.	120,97 руб.															
	<b>Итого стоимость питания в день</b>	152,36 руб.	120,97 руб.															
	<b>Чт, 15 февраля 24</b>			62,1	48,6	55,42	47,86	55,42	47,86	241,68	198,59	198,59	1 713,98	1 713,98	1 419,56	57,79	57,79	48,3
2/04	<b>Завтрак</b> Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	15,26	11,53	14,02	12,10	14,02	12,10	77,36	59,51	59,51	496,77	496,77	393,14	3,45	3,45	2,72
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	9,94	7,46	7,01	5,80	7,01	5,80	40,73	30,56	30,56	265,84	265,84	204,34	2,18	2,18	1,64
ТТК-198Н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,05	2,54	2,52	2,10	2,52	2,10	15,28	12,74	12,74	96,00	96,00	80,00	1,17	1,17	0,98
	<b>Второй завтрак</b>			3,02	3,02	2,70	2,70	2,70	2,70	4,32	4,32	4,32	53,68	53,68	53,68	0,86	0,86	0,86
698/04	Ацидофилин	100	100	3,02	3,02	2,70	2,70	2,70	2,70	4,32	4,32	4,32	53,68	53,68	53,68	0,86	0,86	0,86
	<b>Обед</b>			16,82	14,90	24,93	22,71	24,93	22,71	96,70	80,99	80,99	678,44	678,44	587,95	29,84	29,84	23,09
ТТК№357Н	Салат "Капуста квашеная"	50	40	0,88	0,70	2,51	2,01	2,51	2,01	4,26	3,40	3,40	43,11	43,11	34,49	14,00	14,00	11,20
132/2004	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5	155	2,51	1,80	3,95	2,96	3,95	2,96	14,50	10,26	10,26	103,60	103,60	74,87	13,35	13,35	9,41



Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству



Г.Н. Мартынова



А.Р. Гатина

Л.Р. Загидуллина

