

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р.И. Мусина



ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 15.04.2024г. по 19.04.2024 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						
3/04	Завтрак	30/5	20/5	68,52	63,63	9,01	9,84	53,87	47,44	221,65	187,96	1 645,53	1 433,38	35,84	27,39
ТТК-360Н	Бутерброд с сыром	200/3	150/3	3,68	2,94	2,24	1,95	7,55	6,21	15,42	10,28	96,59	70,46	0,04	0,04
ТТК-253Н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	200	150	0,16	0,12	0,05	0,03	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17	2,55	1,91
697/04	Чай "Витаминный" полусладкий	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
	Второй завтрак														
	Молоко кипяченое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	19,50	16,49	83,70	65,95	639,62	534,78	27,97	21,00
	Обед														
ТТК-1025	Салат "Радужный"	50	40	1,33	1,06	2,60	2,08	2,60	2,08	5,88	4,70	52,21	41,77	5,28	4,23
134/04	Суп крестьянский с крутой со сметаной	200/5	150/5	1,64	1,26	5,01	3,94	5,01	3,94	8,44	6,37	85,35	66,01	19,62	14,72
ТТК-417	Плов "Золотой пегушок"	50/150	50/100	27,35	25,96	11,69	10,18	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	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	40,60		0,46		0,09				3,57		16,93		
337/04	Уплотненный полдник			21,36	20,93	21,89	20,12	21,89	20,12	81,80	79,90	609,67	584,38	1,31	1,12
334/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04	5,04	5,04			67,44	67,44		
ТТК-437	Макаронные запеченные с сыром с маслом	145/5	145/3	8,77	8,75	11,57	10,12	11,57	10,12	36,44	36,41	285,01	271,76	0,09	0,09
733/04	Чай полусладкий с молоком	200	150	1,65	1,24	1,30	0,98	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56
	Оладьи с повидлом	50/10	50/10	3,90	3,90	3,80	3,80	3,80	3,80	27,96	27,96	161,61	161,61	0,47	0,47
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Итого стоимость питания в день	152,36 руб.	120,97 руб.												
	Второй завтрак			44,33	33,69	52,35	42,03	52,35	42,03	223,62	187,4	1 542,94	1 262,68	65,67	54,23
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	14,22	10,73	16,04	13,80	16,04	13,80	72,65	54,43	491,86	384,81	2,88	2,22
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	2,27	1,53	4,49	4,21	4,49	4,21	15,49	10,35	111,49	85,37	2,13	1,60
ТТК-343Н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	9,23	6,93	6,85	5,68	6,85	5,68	42,85	32,15	269,98	207,45	0,75	0,62
	Второй завтрак			2,72	2,27	4,70	3,91	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,72	0,72
698/04	Кефир	100	100	3,00	3,00	2,59	2,59	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	0,72	0,72
	Обед			17,56	11,18	23,30	15,85	23,30	15,85	70,89	59,23	563,45	424,40	47,75	37,69

612/04	Маринад овощной с томатом	50	40	0,79	0,63	5,05	4,04	5,30	4,24	69,83	55,87	4,24	3,39
110/2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	150/5	1,89	1,35	4,55	3,03	11,62	8,31	94,93	65,95	19,47	14,56
ТТК-1026	Биточки рыбные "Морячка"	75	50	9,99	4,42	9,18	4,85	5,48	2,42	144,53	71,01	1,38	0,59
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 "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	40,60		0,46		0,09		3,57		16,93		
	Уплотненный полдник												
ТТК-495Н	Десерт фруктовый Яблоко	100	100	9,55	8,78	10,42	9,79	75,94	69,60	435,78	401,62	14,32	13,60
510/04	Каша гречневая вязкая	130	110	4,03	3,41	4,12	3,49	21,54	18,23	139,36	117,92		
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 "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Итого стоимость питания в день	152,36 руб.	120,97 руб.										
	Ср, 17 апреля 24												
	Завтрак												
2/04	Бутерброд с повидлом			87,94	63,93	50,41	42,37	198,55	160,59	1 599,75	1 279,37	145,58	115,44
302/04	Каша молочная пшенная с маслом	30/10/5	20/10/5	14,82	11,20	14,70	12,61	77,32	59,48	500,97	396,29	3,45	2,72
ТТК-198Н	Какао с молоком полусладкое	200/3	150/3	2,27	1,53	4,49	4,20	21,35	16,21	134,93	108,80	0,10	0,10
	180	180	150	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
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-62	Салат из отварной свеклы	50	40	36,40	26,42	19,91	16,88	53,18	46,92	537,44	445,19	125,97	100,79
148/04	Суп лапша домашняя с мясными фрикадельками "Останкинские"	200/25	150/25	0,93	0,74	5,06	4,05	5,45	4,36	71,01	56,81	6,19	4,95
ТТК - 416К	Капуста тушеная с мякотью птицы	50/150	30/120	27,37	17,27	6,46	4,80	13,75	10,92	222,62	155,92	116,87	93,50
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 "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	40,60		0,46		0,09		3,57		16,93		
	Уплотненный полдник												
ТТК-495Н	Десерт фруктовый Яблоко	140	100	33,66	23,25	13,16	10,24	62,99	49,13	505,11	381,66	14,79	10,56
ТТК-1019	Сырники "Домашние" из творога с соусом сметанным "Сластёна"	150/15	100/30	0,56	0,40	0,56	0,40	12,60	9,00	57,68	41,20	14,00	10,00
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 "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Итого стоимость питания в день	152,36 руб.	120,97 руб.										
	Чт, 18 апреля 24												
	Завтрак												
3/04	Бутерброд с сыром			50,54	41,9	66,4	54,44	193,62	162,69	1 574,3	1 308,29	77,62	61,55
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	30/5	20/5	14,61	11,38	13,82	11,57	66,08	49,48	447,17	347,56	3,08	2,38
ТТК-343Н	Кофейный напиток полусладкий	200/3	150/3	3,68	2,94	2,24	1,95	15,42	10,28	96,59	70,46	0,04	0,04
	180	180	150	8,21	6,17	6,88	5,71	36,35	27,27	240,19	185,11	2,29	1,72
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
	Второй завтрак												
	Обед												
ТТК-355Н	Винегрет из овощей (без лука)	50	40	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/5	19,36	14,62	33,80	24,68	69,08	59,26	657,96	517,66	73,41	58,07
ТТК-650	Колбасы "Челнинские"	75	50	0,95	0,76	3,89	3,12	4,34	3,47	56,21	44,97	11,02	8,82
216/04	Картофель тушеный	130	110	1,76	1,26	4,56	3,04	7,60	5,61	78,48	54,96	30,47	22,84
				12,09	8,06	17,09	11,42	9,30	6,20	239,33	159,79	0,56	0,37
				2,92	2,47	8,04	6,80	21,35	18,06	169,42	141,36	26,23	22,20

ТТК-265Н	Компот "Глодово-ягодный" из красной смородины	200	150	0,12	0,09	0,04	0,03	16,55	12,41	67,06	50,29	5,13	3,84
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	40,60		0,46		0,09		3,57		16,93		
	Уплотненный полдник			13,51	12,84	16,14	15,55	54,13	49,62	415,89	389,79	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 полуслидкий 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 "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Итого стоимость питания в день	152,36 руб.	120,97 руб.										
	Пт, 19 апреля 24												
	Завтрак												
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	2,27	1,53	4,49	4,21	15,49	10,35	111,49	85,37		
311/04	Каша молочная рисовая жидкая с маслом	200/3	150/3	7,29	5,47	6,88	5,71	36,35	27,27	236,49	182,33	2,29	1,72
ТТК-198Н	Какао с молоком полуслидкое	180	150	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
	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-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
139/04	Сул картофельный с бобовыми с мякотью птицы	200/15	150/15	10,61	9,41	7,01	6,53	15,99	11,99	169,42	144,41	9,93	7,63
ТТК-247К	Гречка с говядиной "Батыр"	40/160	25/110	21,68	14,14	9,97	6,47	50,86	34,96	379,86	254,66	1,44	0,99
707/04	Сок фруктовый разливной	180	150	0,90	0,75			18,18	15,15	76,32	63,60	4,32	3,60
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	40,60		0,46		0,09		3,57		16,93		
	Уплотненный полдник												
ТТК-495Н	Десерт фруктовый Яблоко	140	100	30,94	21,46	14,70	11,53	78,86	60,85	571,55	433,02	18,13	13,84
ТТК-341	Запеканка "Сладкожека" с соусом сметанным "Сластена"	150/15	100/30	0,56	0,40	0,56	0,40	12,60	9,00	57,68	41,20	14,00	10,00
686/04	Чай с лимоном	200/7	150/7	28,59	19,32	13,90	10,90	41,04	30,39	403,68	296,98	0,83	0,57
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	0,27	0,22	0,06	0,05	15,28	11,52	62,73	47,38	3,30	3,27
	Итого стоимость питания в день	152,36 руб.	120,97 руб.	333,55	264,21	274,2	227,96	1 087,7	893,94	8 153	6 684,26	378,36	300,74

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	С	С	
		Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли
		270,85	210,55	302,30	236,45	1307,7	1017,5	9153,00	7182,30	251,40	225,75	50,28	45,15
		54,17	42,11	60,46	47,29	261,54	203,49	1 830,60	1 436,46				

Итого за неделю:
В среднем в день:

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

Ведущий инженер-технолог по производству

А. Р. Гатина

П. Р. Загидуллина

Handwritten signatures and initials