



«УТВЕРЖДАЮ»
Генеральный директор
ООО «Школьное питание»
Д. Р. И. Мусина

«Теремок»
Директор
Д. Р. И. Мусина

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК С 18.05.2026г. по 22.05.2026 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	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли									Дет. сад
Пн, 18 мая 26																		
Завтрак																		
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	10,68	7,82	8,86	7,12	49,26	35,67	200,86	1 558,08	238,05	52,60	67,58	55,71	1,59		
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	6,63	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	149,34	192,50	48,15	36,11	0,75	0,56	1,37	1,03	
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	48,15	36,11	0,75	0,56	1,37	1,03		
Второй завтрак																		
697/04	Молоко кипяченое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	47,32	47,32	1,37	1,37	1,37	1,37	
Обед																		
ТТК-513н	Салат " Свежесть "	50	40	1,13	0,90	2,56	2,05	5,43	4,35	39,42	49,27	122,36	94,18	1,93	1,63	1,93	1,63	
148/04	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	8,00	7,46	7,18	6,66	10,85	8,14	140,01	140,01	94,18	107,01	22,51	19,04	22,51	19,04	
0 Пр.№321 от 07.	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	50/30	4,23	4,23	6,72	6,72	4,20	4,20	26,47	26,47	107,01	107,01	0,03	0,02	0,03	0,02	
520/04	Пюре картофельное	130	110	2,86	2,42	4,26	3,60	19,17	16,22	79,92	79,92	59,94	47,32	0,55	0,49	0,55	0,49	
ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	150	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	47,32	47,32	32,61	32,61					
Уплотненный полдник																		
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04	21,54	18,23	67,44	67,44	117,92	117,92					
510/04	Каша гречневая вязкая	130	110	4,03	3,41	4,12	3,49	17,55	13,16	74,47	74,47	55,85	47,32	0,25	0,19	0,25	0,19	
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	0,78	0,58	0,13	0,10	4,68	4,68	227,21	227,21	172,91	172,91	0,30	0,30	0,30	0,30	
ТТК-458	Ватрушка с повидлом	75	75	4,43	4,43	2,44	2,44	9,76	9,76	47,32	47,32	72,61	72,61					
Итого стоимость питания в день																		
		44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	89,33	1 452,18	1 452,18	73,9	59,47	73,9	59,47	
		177,47 руб.	140,91 руб.	80,64	64,29	65,07	53,43	214,36	178,56	1 765,56	1 765,56	338,12	249,70	2,51	1,96	2,51	1,96	
Вт, 19 мая 26																		
Завтрак																		
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	10,69	7,01	12,20	9,16	46,39	34,81	249,70	338,12	85,70	0,04	0,04	0,04	0,04	0,04	0,04
161/04	Суп молочный с рисом	200	150	3,88	1,65	5,90	4,22	15,37	10,27	111,99	111,99	84,00	80,00	1,30	0,98	1,30	0,98	
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,76	2,82	3,78	2,84	15,74	11,80	96,00	96,00	53,28	53,28	0,84	0,84	0,84	0,84	
Второй завтрак																		
698/04	Простокваша	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	47,32	47,32	0,84	0,84	0,84	0,84	
Обед																		
ТТК-359н	Винегрет из овощей (без лука)	50	40	1,35	1,08	3,89	3,12	4,09	3,28	56,84	56,84	45,48	45,48	7,70	6,16	7,70	6,16	
124/04	Щи из св.кап с карт.с мясн фрик.Останкин.со сметаной	200/25/10	150/25/5	7,92	7,38	9,52	8,36	8,44	6,34	151,13	151,13	130,15	130,15	37,11	27,98	37,11	27,98	
ТТК-101н	Котлеты "Любимые"	75	50	8,93	7,98	11,85	9,36	7,65	6,84	172,91	172,91	143,50	143,50					
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	14,70	12,44	4,32	3,65	32,42	27,44	227,34	227,34	192,37	192,37					

	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.	Ясли	Дет.	Ясли	Дет.	Ясли	Дет.	Ясли	Дет.	Ясли	Дет.	Ясли		
	сад		сад	сад		сад		сад	сад		сад		сад	сад		сад	сад		сад	
	317,67	253,37	246,25	210,67	1 141,3	942,28	8 052,33	6 678,69	325,39	271,84	49,53	38,67	54,25	42,13	235,27	183,46	1 610,47	1 260,70	45,08	40,38
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

Г. Н. Фазуллина

А. Р. Гатина

Л. Р. Загидуллина

90,68	6,98	162,50	312,00	61,94	2,60	2 230,02	239,40	1 804,00	42,48	45,34	97,50	1,30	2 370,55	319,20	1 804,00	56,64	60,46	130,00	0,26	3 589,44	7,20	2 577,72	5,24	117,00	195,00	98,84	99,82	18,60	52,70	155,13	44,52	17,99	38,64	161,04	4 927,90	3,60	3 867,44	2,62	58,50	292,50	149,57	9,30	79,36	232,75	66,78	27,01	57,96	80,52	302,43	372,10	183,00	58,44	35,19	23,25
-------	------	--------	--------	-------	------	----------	--------	----------	-------	-------	-------	------	----------	--------	----------	-------	-------	--------	------	----------	------	----------	------	--------	--------	-------	-------	-------	-------	--------	-------	-------	-------	--------	----------	------	----------	------	-------	--------	--------	------	-------	--------	-------	-------	-------	-------	--------	--------	--------	-------	-------	-------