

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р. И. Мусина
Р. И. Мусина



ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСК с 24.06.2024г. по 28.06.2024 г.

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.				Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг				
		Дет. сад	Ясли	Белки		Жиры		Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли			
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли							
	Пн, 24 июня 24													
	Завтрак													
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	11,95	9,14	3,07	3,07	2,02	8,26	50,97	36,97	1 488,9	35,65	27,23
ТТК-360Н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	200/3	150/3	7,92	5,95	6,21	29,88	22,42	219,19	97,54	71,24	258,77	5,19	3,90
ТТК-253Н	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	0,16	0,12	0,05	5,79	4,35	24,23	18,17	2,60	169,36	2,60	1,95
697/04	Второй завтрак													
	Молоко кипяченое	100	100	3,06	3,06	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	56,23	56,23	1,37	1,37
ТТК-1025	Обед													
134/04	Салат "Радужный"	50	40	1,30	1,04	2,60	2,08	5,71	4,57	51,39	41,11	589,66	27,78	20,84
ТТК-417	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200/5	150/5	1,64	1,26	5,01	3,94	8,44	6,37	85,35	66,01	302,67	3,04	2,03
ТТК-257Н	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	27,35	25,96	11,69	10,18	40,01	26,80	374,68	79,92	59,94	0,03	0,02
	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	0,50	0,37	0,02	19,43	14,57	9,76	47,32	47,32	72,61		
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	89,33	72,61			
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	18,29	14,86	609,53	67,44	584,24	1,31	1,12	
337/04	Уплотненный полдник													
334/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	36,44	36,44	285,01	271,76	0,09	0,09	0,09	0,09
ТТК-437	Макароны запеченные с сыром с маслом	145/5	145/3	8,77	8,75	11,57	10,12	7,46	5,59	48,15	36,11	161,61	0,47	0,47
733/04	Чай полусладкий с молоком	200	150	1,65	1,24	1,30	0,98	3,80	27,96	27,96	47,32			
	Оладьи с повидлом	50/10	50/10	3,90	3,90	3,80	0,20	9,76	9,76	47,32				
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32				
	Итого стоимость питания в день	152,36 руб.	120,97 руб.											
	Вт, 25 июня 24													
	Завтрак													
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	14,40	10,85	16,07	13,82	72,53	54,35	492,37	385,15	2,88	2,22	
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71	207,45	2,13	1,60
ТТК-343Н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	9,23	6,93	6,85	5,68	42,85	32,15	269,98	91,99	51,85	0,75	0,62
698/04	Второй завтрак													
	Кефир	100	100	3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	0,72	0,72	

Обед													
ТТК-528н	Салат "Сельский"	50	40	21,12	13,62	25,81	17,79	87,78	69,38	667,89	492,14	53,04	41,82
110/2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	150/5	1,28	1,02	7,05	5,64	4,12	3,30	85,08	68,06	7,39	5,91
ТТК-1026	Биточки рыбные "Морячка"	75	50	9,99	4,42	9,18	4,85	5,48	2,42	94,93	65,96	21,61	16,17
520/04	Пюре картофельное	130	110	2,86	2,42	4,26	3,60	19,17	16,22	144,53	71,01	1,38	0,59
ТТК-258к	Напиток "Плодово-ягодный" из урюка	200	150	0,51	0,38	0,08	0,06	19,38	14,53	126,47	107,01	22,51	19,04
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	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	47,32	47,32		
	Уплотненный полдник												
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	100	9,65	8,88	10,44	9,81	75,76	69,42	435,64	401,48	14,32	13,60
510/04	Каша гречневая вязкая	130	110	0,40	0,40	0,40	0,40	9,00	9,00	41,20	41,20	10,00	10,00
707/04	Сок фруктовый с печеньем сахарным в ассортименте	180/18	150/18	4,03	3,41	4,12	3,49	21,54	18,23	139,36	117,92		
	Хлеб белый	1/20	1/20	3,60	3,45	5,72	5,72	35,46	32,43	207,76	195,04	4,32	3,60
	Итого стоимость питания в день	152,36 руб.	120,97 руб.							47,32			
Ср, 26 июня 24													
2/04	Завтрак			90,27	65,49	51,13	42,95	213,43	171,26	1 675,14	1 333,66	170,52	137,79
302/04	Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	15,00	11,32	14,73	12,63	77,20	59,40	501,48	396,63	3,45	2,72
ТТК-198н	Каша молочная пшенная с маслом	200/3	150/3	2,45	1,65	4,52	4,22	21,23	16,13	135,44	109,14	0,10	0,10
	Какао с молоком полусладкое	180	150	9,50	7,13	7,69	6,31	40,69	30,53	270,04	207,49	2,18	1,64
697/04	Второй завтрак			3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
	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	38,57	27,76	20,70	17,42	71,06	57,85	624,82	499,28	153,91	123,14
148/04	Суп лапша домашняя с мясными фрикадельками "Останкинские"	200/25	150/25	0,87	0,70	5,05	4,04	5,13	4,10	69,48	55,58	5,83	4,66
ТТК - 416к	Капуста тушенная с мякотью птицы	50/150	30/120	26,56	16,62	6,75	5,02	13,84	11,00	222,34	155,70	145,17	116,14
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 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												
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	110	100	33,64	23,35	13,06	10,26	60,11	48,95	492,61	381,52	11,79	10,56
ТТК-1019	Сырники "Домашние" из творога с соусом сметанным "Сластёна"	150/15	100/30	0,44	0,40	0,44	0,40	9,90	9,00	45,32	41,20	11,00	10,00
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	31,38	21,18	12,37	9,62	35,39	26,40	378,47	276,88	0,69	0,48
	Хлеб белый	1/20	1/20	0,20	0,15	0,05	0,04	5,06	3,79	21,50	16,12	0,10	0,08
	Итого стоимость питания в день	152,36 руб.	120,97 руб.							47,32			
Чт, 27 июня 24													
3/04	Завтрак			53,43	43,79	68,15	55,76	209,85	172,23	1 666,38	1 365,91	78,73	61,94
311/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	14,80	11,51	13,90	11,64	65,96	49,40	448,12	348,34	3,08	2,38
ТТК-343н	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	3,87	3,07	2,32	2,02	15,30	10,20	97,54	71,24	0,04	0,04
698/04	Кофейный напиток полусладкий	180	150	8,21	6,17	6,88	5,71	36,35	27,27	240,19	185,11	2,29	1,72
	Второй завтрак			2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62
	Простокваша	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
19/04	Обед												
124/04	Салат из св.помидоров	50	40	21,96	16,28	35,45	25,91	85,61	69,06	749,23	574,64	74,52	58,46
ТТК-650	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/5	0,32	0,26	5,02	4,01	2,27	1,81	55,49	44,39	5,89	4,71
	Котлеты "Челнинские"	75	50	1,95	1,39	4,57	3,05	8,09	5,96	81,28	56,88	36,71	27,34
	Итого стоимость питания в день	152,36 руб.	120,97 руб.	12,09	8,06	17,09	11,42	9,30	6,20	239,33	159,79	0,56	0,37

216/04	Картофель тушеный	130	110	2,92	2,47	8,04	6,80	21,35	18,06	169,42	143,36	26,23	22,20
ТТК-265н	Компот "Флодово-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 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		
340/04	Уплотненный полдник			13,61	12,94	16,16	15,57	53,95	49,44	415,75	389,65	0,29	0,26
	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		152,36 руб.		120,97 руб.									
ПТ, 28 ИЮНЯ 24				87,1	64,7	51,88	42,31	262,33	204,6	1 864,6	1 457,94	40,5	35,01
Завтрак				12,79	9,66	13,92	12,04	67,00	50,28	444,49	348,04	3,46	2,70
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71		
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 полусладкое	180	150	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
697/04	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	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
13/2010	Обед			40,33	30,38	20,72	16,04	114,29	87,69	804,83	616,67	20,54	16,10
	Салат из свежих огурцов	50	40	2,58	2,07	3,05	2,44	1,21	0,97	42,58	34,07	4,85	3,88
139/04	Суп 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 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		
ТТК-495н	Уплотненный полдник			30,92	21,60	14,60	11,59	75,98	61,57	559,05	437,00	15,13	14,84
	Десерт фруктовый Яблоко	110	110	0,44	0,44	0,44	0,44	9,90	9,90	45,32	45,32	11,00	11,00
ТТК-341	Запеканка "Сладкоежка" с соусом сметанным "Сластена"	150/15	100/30	28,59	19,32	13,90	10,90	41,04	30,39	403,68	296,98	0,83	0,57
686/04	Чай с лимоном	200/7	150/7	0,27	0,22	0,06	0,05	15,28	11,52	62,73	47,38	3,30	3,27
	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		152,36 руб.		120,97 руб.									
Итого				350,79	276,2	280,55	232,89	1 165,1	944,06	8 588,58	6 977,03	396,36	320,33

		Пищевые вещества, г.				Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг					
Масса порции, г.		Белки		Жиры		Углеводы		С		С		С	
Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли
Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли
270,80	211,20	300,55	237,90	1305,1	1015,9	9088,60	7177,05	251,35	225,35	50,27	45,07		
54,16	42,24	60,11	47,58	261,02	203,18	1 817,72	1 435,41						
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. Гагина

Л. Р. Загидуллина

