

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р.И.Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

МБДОУ "Энже"

(№ ДОУ)

Мурзагова В.Р.

(ФИО руководителя)

(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСКА с 14.04.2025г. по 18.04.2025 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	С	
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли			Дет. сад	Ясли
Пн, 14 апреля 25				52,59	47,12	46,45	42,22	237,74	200,82	1 579,44	1 371,72	58,01	48,44
Завтрак				12,15	9,29	10,28	8,54	49,26	35,67	338,19	256,69	2,16	1,63
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	3,87	3,07	2,32	2,02	15,30	10,20	97,54	71,24	0,04	0,04
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	6,63	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,50	149,34	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	36,11	0,75	0,56
Второй завтрак				3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
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				18,08	16,83	21,18	19,43	69,33	57,14	540,30	470,76	54,09	45,07
52/11	Салат из свеклы отварной	50	40	0,97	0,78	3,06	2,45	5,68	4,55	54,17	43,34	6,46	5,17
148/04	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	8,06	7,50	7,18	6,67	11,17	8,38	141,55	123,51	2,22	1,85
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	50/30	4,24	4,24	6,72	6,72	4,25	4,25	94,43	94,43	1,61	1,61
520/04	Пюре картофельное	130	110	3,05	2,58	4,00	3,38	14,04	11,88	104,38	88,32	37,40	31,64
ТТК-950	Напиток "Лимонный"	200	150	0,14	0,11	0,02	0,01	24,43	18,32	98,45	73,84	6,40	4,80
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
Уплотненный полдник				19,30	17,94	12,35	11,61	114,09	102,95	644,72	588,04	0,39	0,37
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
510/04	Каша гречневая вязкая	130	110	4,03	3,41	4,12	3,49	21,54	18,23	139,36	117,92		
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	0,76	0,57	0,06	0,04	17,62	13,22	74,06	55,54	0,09	0,07
ТТК-458	Ватрушка с повидлом	75	75	4,43	4,43	2,44	2,44	46,88	46,88	227,21	227,21	0,30	0,30
	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		158,45 руб.	125,81 руб.										
Вт, 15 апреля 25				84,31	71,61	61,17	53,31	218,92	191,57	1 763,35	1 532,37	68,91	55,14
Завтрак				8,33	8,48	11,34	10,58	31,09	34,81	259,73	268,34	2,51	2,00
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	1,52	3,12	5,04	5,64	0,07	10,27	51,74	104,34	0,04	0,04
161/04	Суп молочный с рисом	200	150	3,76	2,82	3,78	2,84	15,74	11,80	111,99	84,00	1,30	0,98
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
Второй завтрак				3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
698/04	Простокваша	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
Обед				38,69	33,82	28,88	23,98	99,77	82,88	813,67	682,57	54,89	41,81
ТТК №556н	Салат из картофеля с огурцами	50	40	1,48	1,18	2,55	2,04	3,82	3,06	44,14	35,31	9,24	7,39
124/04	Щи из св.кап с карт.с мясн фрик.Останкин.со сметаной	200/25/10	150/25/5	8,02	7,46	9,47	8,33	7,63	5,77	147,83	127,86	40,85	30,82
ТТК-101н	Котлеты "Любимые"	75	50	8,93	7,98	11,85	9,36	7,65	6,84	172,91	143,50		

ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	14,70	12,44	4,32	3,65	32,42	27,44	227,34	192,37		
707/04	Сок фруктовый разливной	200	150	1,00	0,75			20,20	15,15	84,80	63,60	4,80	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		
	Уплотненный полдник			34,23	26,25	18,31	16,11	83,73	69,55	636,67	528,18	10,67	10,49
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,00	9,00	41,20	41,20	10,00	10,00
ТТК-302н	Галушки "Снежок"	200	150	30,93	23,00	12,14	9,95	52,39	39,48	442,54	339,42	0,57	0,42
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										
	Итого стоимость питания в день	158,45 руб.	125,81 руб.										
	Ср, 16 апреля 25												
	Завтрак			55,2	42,75	45,26	38,37	205,36	168,43	1 449,65	1 190,03	93,43	68,98
				12,56	9,81	9,08	7,78	62,21	46,56	380,81	295,37	2,16	1,69
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	3,87	3,07	2,32	2,02	15,30	10,20	97,54	71,24	0,04	0,04
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	6,17	4,64	5,12	4,39	32,97	24,74	202,66	156,96	1,37	1,03
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62
	Второй завтрак			3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
697/04	Молоко кипяченное	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
	Обед			26,36	17,60	23,91	18,45	70,77	55,16	603,76	457,16	87,26	64,04
612/04	Маринад овощной с томатом	50	40	0,79	0,68	5,05	4,04	5,30	4,24	69,84	55,87	4,24	3,39
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	1,91	1,47	3,77	3,01	11,19	8,44	86,34	66,74	24,26	18,20
ТТК - 394	Запеканка картофельная с мясом птицы с маслом	180/3	130/3	22,04	13,88	14,89	11,20	23,86	17,22	317,62	225,25	58,76	42,45
ТТК-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из изюма	200	150					20,66	15,50	82,64	61,98		
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Уплотненный полдник			13,22	12,28	9,63	9,50	67,32	61,65	408,85	381,27	2,64	1,88
ТТК-2н	Зеленый горошек порциями	15	10	1,02	0,68	0,08	0,05	2,91	1,94	16,44	10,96	2,22	1,48
208/10	Макароны запеченные с яйцом с маслом	150/3	150/3	7,44	7,44	8,81	8,81	31,30	31,30	234,26	234,26	0,32	0,32
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 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	158,45 руб.	125,81 руб.										
	Чт, 17 апреля 25			60,94	47,72	54,87	47,65	230,19	188,3	1 658,53	1 372,98	58,23	48,09
	Завтрак			13,49	10,19	12,37	10,86	74,02	57,01	461,46	366,62	2,58	2,06
2/04	Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	2,45	1,65	4,52	4,22	21,23	16,13	135,44	109,14	0,10	0,10
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	7,99	6,00	5,33	4,54	37,51	28,14	230,02	177,48	1,31	0,98
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
	Второй завтрак			3,02	3,02	2,70	2,70	4,32	4,32	53,68	53,68	0,86	0,86
698/04	Ацидофилин	100	100	3,02	3,02	2,70	2,70	4,32	4,32	53,68	53,68	0,86	0,86
	Обед			17,49	15,42	26,17	23,88	92,33	76,98	674,92	584,51	35,15	27,54
ТТК-359н	Винегрет из овощей (без лука)	50	40	0,95	0,76	3,89	3,12	4,34	3,47	56,21	44,97	11,02	8,82
132/04	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	150/5	2,66	2,03	3,81	3,05	11,98	9,03	92,90	71,67	21,60	16,20
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/30	50/30	5,14	5,14	13,42	13,42	7,46	7,46	171,17	171,17	2,50	2,50
510/04	Каша пшенная вязкая	130	110	3,68	3,11	4,34	3,67	21,07	17,83	138,07	116,83		
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-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		
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
	Уплотненный полдник			26,94	19,09	13,63	10,21	59,52	49,99	468,47	368,17	19,64	17,63
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,00	9,00	41,20	41,20	10,00	10,00
40/10, соус 351/10	Пудинг из творога с яблоками с соусом молочным сладким	150/15	100/30	24,65	16,85	12,97	9,56	25,48	19,71	317,22	232,27	6,34	4,36
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	158,45 руб.	125,81 руб.										

Пт, 18 апреля 25														
Завтрак														
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	13,71	10,68	9,17	7,85	68,94	51,62	413,16	319,74	2,07	1,62	
302/04	Каша молочная ячневая 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	
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	
Второй завтрак														
697/04	Молоко кипяченое	100	100	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62	
Обед														
ТТК-357н	Салат "Капуста квашеная" (б/лука)	50	40	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37	
133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	32,91	19,60	14,22	10,15	70,80	56,88	542,72	397,20	48,13	36,52	
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	25/25	0,90	0,72	2,78	2,22	4,27	3,42	45,66	36,53	15,00	12,00	
ТТК-187а	Каша гречневая вязкая	130	110	2,26	1,69	1,92	1,44	12,12	9,09	74,83	56,11	31,69	23,77	
ТТК-258к	Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка	200	150	23,64	11,82	4,60	2,30	3,79	1,90	151,08	75,56	1,29	0,64	
	Хлеб белый	1/20	1/20	3,98	3,37	4,64	3,93	21,48	18,18	143,60	121,51			
Уплотненный полдник														
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32			
687/96	Пирожки печеные с картофелем	75	75	15,84	15,04	7,27	7,18	81,09	72,61	453,19	415,27	13,16	11,96	
707/04	Сок фруктовый разливной	200	150	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44			
	Хлеб белый	1/20	1/20	4,76	4,76	1,54	1,54	32,84	32,84	164,30	164,30	8,36	8,36	
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	1,00	0,75			20,20	15,15	84,80	63,60	4,80	3,60	
Итого стоимость питания в день				158,45 руб.	125,81 руб.									
Итого				318,56	257,58	241,05	209,37	1 118,1	935,29	7 916,27	6 655,54	343,31	272,12	

	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				
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:			245,85	192,60	271,05	214,35	1176,3	915,30	8101,25	6300,55	226,30	201,20
В среднем в день:			49,17	38,52	54,21	42,87	235,26	183,06	1 620,25	1 260,11	45,26	40,24

Зам. Ген. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

Г. Н. Мартынова
Г. Н. Мартынова
А. Р. Латина
А. Р. Латина
Р. Р. Загидуллина
Р. Р. Загидуллина