

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р.И.Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

МБДОУ "Энже"

(МБДОУ)

Мурзагара В.Р.

(ФИО руководителя)

(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСКА с 16.06.2025г. по 20.06.2025 г.

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг С	
		Дет. сад	Ясли	Белки		Жиры		Углеводы		Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли				
Пн, 16 июня 25													
Завтрак													
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	9,24	6,75	11,23	9,80	47,66	34,50	328,73	253,22	3,92	2,94
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-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17	2,55	1,91
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-1025	Салат "Радужный"	50	40	1,33	1,06	2,60	2,08	5,88	4,70	52,21	41,77	5,28	4,23
134/04	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200/5	150/5	1,84	1,42	4,97	3,92	8,13	6,14	84,63	65,48	26,43	19,83
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	27,43	26,01	11,70	10,18	40,45	27,10	376,85	304,12	3,45	2,30
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		
Уплотненный полдник													
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	18,48	16,81	15,42	14,35	85,56	75,39	554,93	498,00	0,75	0,56
ТТК - 181а	Макароны отварные	130	110	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	4,59	3,88	4,29	3,63	31,56	26,70	183,26	155,06		
ТТК-814	Булочка домашняя	30	30	2,16	2,16	4,10	4,10	18,49	18,48	119,43	119,46	0,75	0,56
	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, 17 июня 25													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	12,49	9,43	14,44	12,59	69,38	52,00	457,41	359,02	2,03	1,58
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	7,32	5,51	5,21	4,46	39,70	29,80	235,01	181,33	1,28	0,96
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62
Второй завтрак													
698/04	Кефир	100	100	3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	0,72	0,72
				3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	0,72	0,72
Обед													
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	21,54	15,00	16,38	11,02	89,22	69,83	590,44	438,59	64,20	52,73
ТТК 491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая	2/40		1,91	1,47	3,77	3,01	11,19	8,44	86,34	66,74	24,26	18,20
ТТК 491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ. (зелён.гор)		1/40/10	10,75		7,84		15,74		176,51		1,73	
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-81н	Огурцы консервированные порциями	15	10	0,76	0,51			0,82	0,55	6,33	4,22	0,66	0,44
ТТК-258к	Напиток "Фруктово-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 "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Уплотненный полдник			9,60	8,84	10,96	10,25	75,70	69,37	439,88	405,07	14,32	13,60
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-187а	Каша гречневая вязкая	130	110	3,98	3,37	4,64	3,93	21,48	18,18	143,60	121,51		
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 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.										
	Ср, 18 июня 25												
	Завтрак			82,57	60,85	46,73	39,89	197,17	161,48	1 539,48	1 248,28	94,57	78,04
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	343,33	2,64	2,11
311/04	Каша молочная рисовая жидкая с маслом	200/3	150/3	5,25	3,94	5,12	4,39	32,97	24,74	198,97	154,19	1,37	1,03
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	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			35,89	25,93	18,42	15,24	52,60	43,07	519,60	413,18	79,58	63,68
ТТК-513н	Салат " Свежесть "	50	40	1,13	0,90	2,56	2,05	5,43	4,35	49,27	39,42	37,50	30,00
148/04	Суп лапша домашняя с мясными фрикадельками "Останкинские"	200/25	150/25	6,53	6,40	8,22	7,76	2,88	2,26	111,58	104,49	2,24	1,84
ТТК-338к	Рагу из мякоти птицы	50/150	30/120	26,60	17,00	7,43	5,23	17,87	14,20	244,70	171,90	39,64	31,69
ТТК-503	Напиток "Фруктово-ягодный" ассорти	200	150	0,01	0,01	0,01		16,66	12,50	66,73	50,05	0,20	0,15
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Уплотненный полдник			32,87	23,73	13,51	11,30	70,03	59,74	533,24	435,54	10,98	10,88
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 - 341н	Творожник "Зебра" с соусом сметанным "Сластена"	150/15	100/30	27,71	19,17	12,37	10,26	27,92	22,33	333,89	258,29	0,88	0,80
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, 19 июня 25												
	Завтрак			11,29	8,51	10,72	8,90	62,58	46,87	391,95	301,55	2,12	1,65
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	2,40	1,60	0,90	0,60	15,30	10,20	78,90	52,60		
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	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62
	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			34,19	26,34	22,41	16,81	87,61	70,38	688,87	538,29	22,12	16,68
139/04	Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы	200/15	150/15	10,68	9,47	6,92	6,46	14,35	10,77	162,39	139,15	15,58	11,87
ТТК-992	Мясо "Нежное" в соусе	40/50	25/25	13,09	8,08	11,12	6,64	3,84	1,92	167,79	99,77	1,41	0,71
510/04	Каша перловая вязкая	130	110	2,64	2,24	3,61	3,05	20,66	17,48	125,69	106,35		
ТТК-294н	Огурец свежий порциями (доп.гарнир)	30	20	2,72	2,17	0,05	0,04	1,28	1,02	16,43	13,15	5,10	4,08
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			13,68	13,01	16,17	15,58	64,17	57,17	456,99	420,91	3,49	3,46
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		
686/04	Чай с лимоном с печеньем сахарным в ассортименте	200/7/18	150/7/18	2,97	2,92	5,78	5,77	32,56	28,80	194,17	178,82	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, 20 июня 25					61,66	45,81	61,38	46,4	239,85	191,89	1 758,52	1 368,39	104	85,31
Завтрак					13,05	9,86	13,05	11,38	68,12	51,12	442,22	346,34	2,48	1,96
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 пшенная с маслом	200/3	150/3		7,55	5,67	6,01	5,05	37,47	28,11	234,22	180,63	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					3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
697/04	Молоко кипячёное	100	100		3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
Обед					18,52	13,75	32,09	23,04	74,29	58,93	660,04	498,02	89,30	71,30
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
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/5		2,05	1,47	4,52	3,02	7,29	5,38	78,05	54,55	40,22	30,16
ТТК-649к	Биточки "Рябушка"	75	50		10,56	7,08	16,52	10,78	13,20	8,85	243,68	160,72		
216/04	Картофель тушёный	130	110		3,22	2,73	7,79	6,59	16,88	14,28	150,52	127,36	41,66	35,25
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		
Уплотненный полдник					27,03	19,14	13,60	9,34	92,38	76,78	600,03	467,80	10,85	10,68
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-572н	Пудинг из творога "Пышка" с повидлом	150/30	100/30		21,87	14,58	12,46	8,30	50,27	39,37	400,68	290,55	0,75	0,60
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.											
Итого					316,58	250,95	253,2	209,86	1 116,1	904,68	8 009,49	6 511,31	349,64	285,86

	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:			246,60	190,95	273,20	210,95	1176,1	917,45	8100,95	6301,30	226,95	200,85
В среднем в день:			49,32	38,19	54,64	42,19	235,22	183,49	1 620,19	1 260,26	45,39	40,17

Зам. Ген. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

Г. Н. Мартынова

Г. Н. Мартынова

А. Р. Гатина

А. Р. Гатина

Д. Р. Загидуллина

Д. Р. Загидуллина