

"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. ЗАЙНСК с 20.11.2023г. по 24.11.2023 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, 20 ноября 23														
Завтрак														
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	3,68	2,94	2,24	1,95	15,42	10,28	96,59	70,46	0,04	0,04	
ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	200/3	150/3	7,92	5,95	7,55	6,21	29,88	22,42	219,19	169,36	2,60	1,95	
ТТК-253н	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														
52/11	Салат из свеклы отварной	50	40	0,91	0,73	3,06	2,45	5,33	4,27	52,49	41,99	6,06	4,85	
134/04	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	19,62	14,72	
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	27,35	25,96	11,69	10,18	40,01	26,80	374,68	302,67	3,04	2,03	
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 "Рябиночка"	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	1/40,6	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,43			
Уплотненный полдник														
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44	1,31	1,12	
334/04	Макаронные изделия запеченные с сыром с маслом	145/5	145/3	8,77	8,75	11,57	10,12	36,44	36,41	285,01	271,76	0,09	0,09	
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	
733/04	Оладьи с повидлом	50/10	50/10	3,90	3,90	3,80	3,80	27,96	27,96	161,61	161,61	0,47	0,47	
	Хлеб "Рябиночка"	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		146,5 руб.	116,32 руб.											
Вт, 21 ноября 23														
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	2,88	2,22	
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	9,23	6,93	6,85	5,68	42,85	32,15	269,98	207,45	2,13	1,60	
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	
Обед														
62/11	Салат из моркови с сахаром	50	40	0,62	0,50	0,05	0,04	5,81	4,65	26,16	20,92	2,40	1,92	
110/2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	150/5	1,85	1,32	4,54	3,03	11,39	8,14	93,85	65,15	19,21	14,37	
ТТК491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ (мексик см)	2/40/10	40/10	11,01	5,63	7,86	3,94	16,65	8,78	181,38	93,13	5,99	5,12	
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 "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 "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	1/40,6	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,43		
Уплотненный полдник				9,55	8,78	10,42	9,79	75,94	69,80	435,78	401,62	14,32	13,60
	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
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		146,5 руб.	116,32 руб.										
Ср. 22 ноября 23				70,73	54,54	65,72	52,65	221,86	175,64	1 761,89	1 394,68	88,66	66,43
Завтрак				14,82	11,20	14,70	12,61	77,32	59,48	500,97	396,29	3,45	2,72
2/04	Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	2,27	1,53	4,49	4,20	21,35	16,21	134,93	108,80	0,10	0,10
302/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	9,50	7,13	7,69	6,31	40,69	30,53	270,04	207,49	2,18	1,64
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				25,82	21,58	32,86	26,15	83,90	68,20	734,55	594,45	63,47	48,07
тгк-996	Салат "Бобовое зёрнышко"	50	40	1,37	1,10	2,60	2,08	6,00	4,80	52,83	42,27	6,09	4,87
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	122,36	1,93	1,63
ТТК-404	Голубцы с мясом и рисом "Ленивые"	200	150	12,23	9,16	22,39	16,78	15,54	11,63	312,60	234,20	54,49	40,85
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	1/40,6	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,43		
Уплотненный полдник				27,03	18,70	15,52	11,25	55,58	42,90	470,14	347,71	20,37	14,27
	Десерт фруктовый Яблоко	140	100	0,56	0,40	0,56	0,40	12,60	9,00	57,68	41,20	14,00	10,00
240/10	Пудинг из творога с яблоками с соусом сметанным "Сластена"	150/30	100/30	24,75	16,63	14,73	10,63	27,98	20,17	343,50	242,93	6,27	4,19
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		146,5 руб.	116,32 руб.										
Чт, 23 ноября 23				58,96	49,66	72,26	61,03	213,18	176,5	1 738,92	1 453,9	78,75	62,6
Завтрак				14,61	11,38	13,82	11,57	66,08	49,48	447,17	347,56	3,08	2,38
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	3,68	2,94	2,24	1,95	15,42	10,28	96,59	70,46	0,04	0,04
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	8,21	6,17	6,88	5,71	36,35	27,27	240,19	185,11	2,29	1,72
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				27,78	22,38	39,66	31,27	88,64	73,07	822,58	663,27	74,54	59,12
60/96	Винегрет овощной	50	40	0,92	0,73	5,04	4,03	3,62	2,89	63,51	50,81	11,53	9,23
124/04	Ши из св кап с карт.с мясн фрик Останкин со сметаной	200/25/5	150/25/5	7,61	7,24	8,76	8,36	7,79	5,99	140,45	128,13	31,09	23,48
ТТК-650	Котлеты "Челнинские"	75	50	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 "Фруктово-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	1/40,6	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,43		
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 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 "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		146,5 руб.	116,32 руб.										
Пт, 24 ноября 23				84,54	62,77	51,28	41,85	267,19	209,65	1 868,44	1 466,31	58,57	49,27

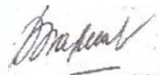
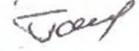

Завтрак				12,61	9,54	13,89	12,02	67,12	50,36	443,98	347,70	3,46	2,70
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	2,27	1,53	4,49	4,21	15,49	10,35	111,49	85,37		
311/04	Каша молочная рисовая жидкая с маслом	200/3	150/3	7,29	5,47	6,88	5,71	36,35	27,27	236,49	182,33	2,29	1,72
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	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				38,09	28,71	20,21	15,66	119,75	93,38	813,16	629,36	39,61	31,36
20/2010	Салат из белокочанной капусты	50	40	0,78	0,62	2,54	2,03	4,69	3,76	44,75	35,80	23,92	19,14
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 "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	1/40,6	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,43		
Уплотненный полдник				30,78	21,46	14,54	11,53	75,26	60,85	555,07	433,02	14,13	13,84
	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-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 "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		146,5 руб.	116,32 руб.										
Итого				332,67	268,63	290,63	241,18	1 198,6	971,34	8 740,8	7 130,54	330,78	263,41

	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			Дет. сад	Ясли
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:			271,8	211,9	300,7	236,2	1306,4	1016,4	9040,7	7130,6	250,8	226,4
В среднем в день:			54,35	42,37	60,13	47,24	261,27	203,27	1 808,14	1 426,11	50,16	45,28

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству


 Г.Н. Мартынова

 А. Р. Гатина

 Л. Р. Загидуллина