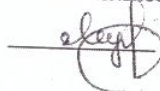


"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

 Р.И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

(НеДОУ)

(ФИО руководителя)

(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСК с 21.07.2025г. по 25.07.2025 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, 21 июля 25				50,84	45,36	45,05	40,83	229,06	193,97	1 525,1	1 324,69	42,03	35,53
3/04	Завтрак Бутерброд с сыром			10,68	7,82	8,86	7,12	49,26	35,67	319,55	238,05	2,12	1,59
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	30/5	20/5	2,40	1,60	0,90	0,60	15,30	10,20	78,90	52,60		
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200/3	150/3	6,63	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,50	149,34	1,37	1,03
Второй завтрак		200	150	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56
697/04	Молоко кипяченое			3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
Обед		100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
20/2010	Салат из белокочанной капусты			17,78	16,53	21,13	19,40	60,72	50,35	504,19	442,06	37,99	32,08
148/04	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	50	40	0,97	0,77	2,55	2,04	5,24	4,19	47,83	38,26	29,89	23,91
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	200/15	150/15	8,06	7,50	7,18	6,67	11,17	8,38	141,55	123,51	2,22	1,85
520/04	Пюре картофельное	50/30	50/30	4,24	4,24	6,72	6,72	4,25	4,25	94,43	94,43	1,61	1,61
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	130	110	2,45	2,07	3,95	3,34	10,78	9,12	88,48	74,87	28,07	23,75
	Хлеб белый	200	150	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
Уплотненный полдник		1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
337/04	Яйцо вареное			19,32	17,95	12,42	11,67	114,02	102,89	645,13	588,35	0,55	0,49
510/04	Каша гречневая вязкая	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	130	110	4,03	3,41	4,12	3,49	21,54	18,23	139,36	117,92		
ТТК-458	Ватрушка с повидлом	200	150	0,78	0,58	0,13	0,10	17,55	13,16	74,47	55,85	0,25	0,19
	Хлеб белый	75	75	4,43	4,43	2,44	2,44	46,88	46,88	227,21	227,21	0,30	0,30
	Хлеб "Дарницкий"	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		44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
Вт, 22 июля 25		158,45 руб.	125,81 руб.										
Завтрак				78,75	63,91	62,16	52,16	208,21	172,95	1 707,07	1 416,82	70,29	55,66
3/04	Бутерброд с маслом с сыром			9,26	7,01	10,83	9,16	46,39	34,81	320,00	249,70	2,47	1,96
161/04	Суп молочный с рисом	30/5/5	20/5/5	2,45	1,65	4,53	4,22	15,37	10,27	112,01	85,70		
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	200	150	3,76	2,82	3,78	2,84	15,74	11,80	111,99	84,00	1,30	0,98
Второй завтрак		180	150	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
698/04	Простокваша			3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
Обед		100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
62/11	Салат из моркови с сахаром			38,18	33,44	28,91	24,00	98,75	82,11	807,84	678,21	50,54	38,43
124/04	Щи из св. кап с карт. с мясн. фрик. Останкин. со сметаной	50	40	0,78	0,62	0,06	0,05	6,64	5,31	30,20	24,16	3	2,4
ТТК-101н	Котлеты "Любимые"	200/25/10	150/25/5	7,58	7,13	9,51	8,36	6,69	5,07	142,69	124,05	38,98	29,42
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	75	50	8,93	7,98	11,85	9,36	7,65	6,84	172,91	143,50		
		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													
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко			28,25	20,40	19,78	16,36	58,74	51,70	525,95	435,63	16,44	14,43
40/10, соус 351/1с	Пудинг из творога с яблоками с соусом молочным сладким	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,00	9,00	41,20	41,20	10,00	10,00
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	150/15	100/30	24,65	16,85	12,97	9,56	25,48	19,71	317,22	232,27	6,34	4,36
	Хлеб белый	200/20	150/20	3,20	3,15	6,41	6,40	24,26	22,99	167,53	162,16	0,10	0,07
		1/20	1/20										
Итого стоимость питания в день													
Ср, 23 июля 25													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с сыром			54,6	44,16	38,76	28,82	195,61	161,45	1 349,72	1 081,74	78,28	59,14
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	30/5	20/5	11,09	8,34	7,66	6,36	62,21	46,56	362,17	276,73	2,12	1,65
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	200/3	150/3	2,40	1,60	0,90	0,60	15,30	10,20	78,90	52,60		
Второй завтрак													
697/04	Молоко кипяченое	180	150	6,17	4,64	5,12	4,39	32,97	24,74	202,66	156,96	1,37	1,03
Обед													
ТТК-294н	Огурец свежий порциями			2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
ТТК - 394	Запеканка картофельная с мясом птицы с маслом	50	40	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
ТТК-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из изюма	200/5	150/5	27,23	20,48	18,83	10,32	61,02	48,18	522,47	367,51	72,15	54,24
	Хлеб белый	180/3	130/3	2,72	2,17	0,05	0,04	1,28	1,02	16,43	13,15	5,10	4,08
		200	150	1,79	1,37	3,76	3,01	10,50	7,92	82,97	64,26	22,66	17,02
		1/20	1/20	21,10	15,32	14,82	7,07	18,82	13,98	293,11	180,80	44,39	33,14
Уплотненный полдник													
ТТК-2н	Зеленый горошек порциями			1,62	1,62	0,20	0,20	20,66	15,50	82,64	61,98		
208/10	Макароны запеченные с яйцом с маслом	15	10	13,22	12,28	9,63	9,50	67,32	61,65	408,85	381,27	2,64	1,88
ТТК-475	Чай полусладкий	150/3	150/3	1,02	0,68	0,08	0,05	2,91	1,94	16,44	10,96	2,22	1,48
	Хлеб белый	200	150	7,44	7,44	8,81	8,81	31,30	31,30	234,26	234,26	0,32	0,32
	Хлеб "Дарницкий"	1/20	1/20	0,20	0,15	0,05	0,04	5,06	3,79	21,50	16,12	0,10	0,08
		44,6	36,25	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
Итого стоимость питания в день													
Чт, 24 июля 25													
Завтрак													
2/04	Бутерброд с повидлом			64,8	50,14	55,44	48,69	243,85	197,55	1 733,75	1 429,13	43,01	36,78
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	30/10/5	20/10/5	13,49	10,19	12,37	10,86	74,02	57,01	461,46	366,62	2,58	2,06
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	200/3	150/3	2,45	1,65	4,52	4,22	21,23	16,13	135,44	109,14	0,10	0,10
Второй завтрак													
698/04	Ацидофилин	180	150	7,99	6,00	5,33	4,54	37,51	28,14	230,02	177,48	1,31	0,98
Обед													
52/11	Салат из свеклы отварной	100	100	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
131/04	Рассольник ленинградский со сметаной			3,02	3,02	2,70	2,70	4,32	4,32	53,68	53,68	0,86	0,86
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50	40	17,41	15,37	25,81	23,58	90,43	75,55	663,68	575,95	25,44	20,02
510/04	Каша пшеничная вязкая	200/5	150/5	0,91	0,73	3,06	2,45	5,33	4,27	52,49	41,99	6,06	4,85
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	50/30	50/30	2,33	1,78	3,79	3,03	10,22	7,71	84,31	65,23	16,56	12,42
	Хлеб белый	130	110	5,14	5,14	13,42	13,42	7,46	7,46	171,17	171,17	2,50	2,50
	Хлеб "Дарницкий"	200	150	3,68	3,11	4,34	3,67	21,07	17,83	138,07	116,83		
		1/20	1/20	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
		44,6	36,25	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
Уплотненный полдник													
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко			30,88	21,56	14,56	11,55	75,08	60,67	554,93	432,88	14,13	13,84
ТТК-341	Запеканка "Сладкоежка" с соусом сметанным "Сластена"	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,00	9,00	41,20	41,20	10,00	10,00
686/04	Чай с лимоном	150/15	100/30	28,59	19,32	13,90	10,90	41,04	30,39	403,68	296,98	0,83	0,57
	Хлеб белый	200/7	150/7	0,27	0,22	0,06	0,05	15,28	11,52	62,73	47,38	3,30	3,27
		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													
Пт, 25 июля 25													
				63,66	46,59	31,61	26,19	223,72	184,44	1 434,06	1 159,75	77,68	61,83

Завтрак													
3/04	Бутерброд с сыром			12,24	9,21	7,75	6,43	68,94	51,62	394,52	301,10	2,03	1,58
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	30/5	20/5	2,40	1,60	0,90	0,60	15,30	10,20	78,90	52,60		
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	200/3	150/3	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	180	150	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62
Обед													
ТТК-493н	Салат из белокочанной капусты с яблоками	100	100	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	50	40	32,65	19,41	13,96	9,95	69,30	55,82	533,37	390,40	63,03	48,83
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	200/25	150/25	0,92	0,74	2,58	2,06	3,59	2,87	41,28	33,02	30,48	24,39
ТТК-187а	Каша гречневая вязкая	50/50	25/25	1,77	1,32	1,88	1,41	9,46	7,10	61,87	46,42	24,09	18,08
ТТК-258к	Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка	130	110	23,64	11,82	4,60	2,30	3,79	1,90	151,08	75,56	1,29	0,64
	Хлеб белый	200	150	3,98	3,37	4,64	3,93	21,48	18,18	143,60	121,51		
Уплотненный полдник													
337/04	Яйцо вареное	1/20	1/20	0,51	0,38	0,08	0,06	19,38	14,53	80,23	60,17	0,15	0,11
687/96	Пирожки печеные с картофелем	1 шт	1 шт	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
707/04	Сок фруктовый разливной	75	75	15,71	14,91	7,26	7,17	80,42	71,94	449,94	412,02	11,25	10,05
	Хлеб белый	200	150	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
	Хлеб "Дарницкий"	1/20	1/20	4,63	4,63	1,53	1,53	32,17	32,17	161,05	161,05	6,45	6,45
		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.	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
Итого													
				312,65	250,16	233,02	196,69	1 100,5	910,36	7 749,7	6 412,13	311,29	248,94

	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:			247,65	190,15	270,30	211,70	1175,5	915,35	8100,70	6301,25	226,40	200,40
В среднем в день:			49,53	38,03	54,06	42,34	235,09	183,07	1 620,14	1 260,25	45,28	40,08

Зам. Ген. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

 Г. Н. Мартынова
 А. Р. Гатина
 Л. Р. Загидуллина