

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

 Р.И.Мусина

"СОГЛАСОВАНО"
МБДОУ "Энка"
(Н.Д.О.Х.)
Миразгова В.Р.
(Ф.И.О. руководителя)

(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСК с 23.06.2025г. по 27.06.2025 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	Дет. сад	Ясли
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли				
Пн, 23 июня 25				50,84	45,36	45,05	40,83	229,06	193,97	1 525,1	1 324,69	42,03	35,53
Завтрак				10,68	7,82	8,86	7,12	49,26	35,67	319,55	238,05	2,12	1,59
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 "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				17,78	16,53	21,13	19,40	60,72	50,35	504,19	442,06	37,99	32,08
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
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	2,45	2,07	3,95	3,34	10,78	9,12	88,48	74,87	28,07	23,75
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				19,32	17,95	12,42	11,67	114,02	102,89	645,13	588,35	0,55	0,49
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	0,78	0,58	0,13	0,10	17,55	13,16	74,47	55,85	0,25	0,19
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, 24 июня 25				78,45	63,61	61,52	51,52	206,29	171,03	1 692,47	1 402,22	70,29	55,66
Завтрак				9,26	7,01	10,83	9,16	46,39	34,81	320,00	249,70	2,47	1,96
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	2,45	1,65	4,53	4,22	15,37	10,27	112,01	85,70		
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				38,18	33,44	28,91	24,00	98,75	82,11	807,84	678,21	50,54	38,43
22/10	Салат из картофеля с огурцами солёными	50	40	1,41	1,13	2,54	2,03	3,74	2,99	43,45	34,76	6,76	5,41
124/04	Щи из св.кап.с карт.с мясн.фрик.Останкин.со сметаной	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-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	1,62	0,20	0,20	9,76	47,32	72,61	16,44		14,43
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	0,49	18,29	14,86	89,33	421,03	47,32	72,61
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	27,95	20,10	19,14	15,72	56,82	49,78	511,35	421,03	16,44
40/10, соус 35/1	Пудинг из творога с яблоками с соусом молочным сладким	100	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	200/18	150/18	2,90	2,85	5,77	9,56	25,48	19,71	232,27	6,34
	Хлеб белый	1/20	1,62	0,20	0,20	9,76	22,34	21,07	152,93	147,56	0,10
Итого стоимость питания в день											
		158,45 руб.	125,81 руб.								
Ср. 25 июня 25											
Завтрак											
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	2,40	1,60	0,90	10,20	78,90	362,17	276,73	2,12	1,65
31/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	6,17	4,64	5,12	32,97	24,74	202,66	156,96	1,37	1,03
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75
697/04	Молоко кипяченое	100	3,06	3,06	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
Обед											
ТТК-294н	Орфей свежий порциями	50	40	2,72	2,17	0,05	1,28	1,02	16,43	13,15	5,10
11/0/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	1,79	1,37	3,76	3,01	10,50	7,92	82,97	64,26	22,66
ТТК - 394	Запеканка картофельная с мясом птицы с маслом	180/3	21,10	15,32	14,82	7,07	18,82	13,98	293,11	180,80	44,39
ТТК-268н	Компот "Подово-ягодный" из изюма	200	150	1,62	1,62	0,20	9,76	15,50	82,64	61,98	
Уплотненный полдник											
ТТК-2н	Зеленый горошек порциями	13,22	12,28	9,63	9,50	67,32	61,65	408,85	381,27	47,32	2,64
208/10	Макароны запеченные с яйцом с маслом	15	1,02	0,68	0,08	2,91	1,94	16,44	10,96	2,22	1,48
ТТК-475	Чай полусладкий	200	1,62	0,15	0,05	5,06	3,79	21,50	16,12	0,10	0,08
	Хлеб белый	1/20	1,62	0,20	0,20	9,76	47,32	72,61			
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	0,49	18,29	14,86	89,33			
Итого стоимость питания в день											
		158,45 руб.	125,81 руб.								
Пт. 27 июня 25											
Итого стоимость питания в день											
		158,45 руб.	125,81 руб.								
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	30,88	21,56	14,56	11,55	75,08	60,67	554,93	432,88	14,13
ТТК-341	Запеканка "Сладкокекка" с соусом сметанным "Спастена"	100	0,40	0,40	0,40	9,00	9,00	41,20	41,20	10,00	10,00
686/04	Чай с лимоном	200/7	28,59	19,32	13,90	10,90	41,04	30,39	403,68	296,98	0,83
	Хлеб белый	1/20	1,62	0,20	0,06	0,05	15,28	62,73	47,38	3,30	3,27
Уплотненный полдник											
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	30,88	21,56	14,56	11,55	75,08	60,67	554,93	432,88	14,13
ТТК-257н	Напиток "Подово-ягодный" из сухофруктов	200	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	14,86	89,33	72,61	
510/04	Каша пшенная вязкая	130	3,68	3,11	4,34	3,67	21,07	17,83	138,07	116,83	
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/30	5,14	5,14	13,42	7,46	7,46	171,17	65,23	16,56	12,42
131/04	Расcольник ленинградский со сметаной	200/5	2,33	1,78	3,79	3,03	10,22	84,31	575,95	25,44	20,02
ТТК-359н	Винегрет из овощей	50	40	1,20	0,96	3,55	23,58	75,55	663,68	575,95	25,44
Обед											
698/04	Ацидофиллин	100	3,02	3,02	2,70	2,70	4,32	53,68	53,68	0,86	0,86
Второй завтрак											
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17
31/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	7,99	6,00	5,33	4,54	37,51	230,02	177,48	1,31	0,98
2/04	Бутерброд с повидлом	30/10/5	2,45	1,65	4,52	2,23	16,13	135,44	109,14	0,10	0,10
Завтрак											
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	200/3	7,99	6,00	5,33	4,54	37,51	230,02	177,48	1,31	0,98
698/04	Ацидофиллин	100	3,02	3,02	2,70	2,70	4,32	53,68	53,68	0,86	0,86
Итого стоимость питания в день											
		158,45 руб.	125,81 руб.								
Пт. 27 июня 25											
Итого стоимость питания в день											
		158,45 руб.	125,81 руб.								
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	1,62	0,20	0,20	9,76	47,32	72,61	16,44		14,43
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	0,49	18,29	14,86	89,33	421,03	47,32	72,61
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	27,95	20,10	19,14	15,72	56,82	49,78	511,35	421,03	16,44
40/10, соус 35/1	Пудинг из творога с яблоками с соусом молочным сладким	100	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	200/18	150/18	2,90	2,85	5,77	9,56	25,48	19,71	232,27	6,34
	Хлеб белый	1/20	1,62	0,20	0,20	9,76	22,34	21,07	152,93	147,56	0,10
Итого стоимость питания в день											
		158,45 руб.	125,81 руб.								
Ср. 25 июня 25											
Завтрак											
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	2,40	1,60	0,90	10,20	78,90	362,17	276,73	2,12	1,65
31/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	6,17	4,64	5,12	32,97	24,74	202,66	156,96	1,37	1,03
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75
697/04	Молоко кипяченое	100	3,06	3,06	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
Обед											
ТТК-294н	Орфей свежий порциями	50	40	2,72	2,17	0,05	1,28	1,02	16,43	13,15	5,10
11/0/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	1,79	1,37	3,76	3,01	10,50	7,92	82,97	64,26	22,66
ТТК - 394	Запеканка картофельная с мясом птицы с маслом	180/3	21,10	15,32	14,82	7,07	18,82	13,98	293,11	180,80	44,39
ТТК-268н	Компот "Подово-ягодный" из изюма	200	150	1,62	1,62	0,20	9,76	15,50	82,64	61,98	
Уплотненный полдник											
ТТК-2н	Зеленый горошек порциями	13,22	12,28	9,63	9,50	67,32	61,65	408,85	381,27	47,32	2,64
208/10	Макароны запеченные с яйцом с маслом	15	1,02	0,68	0,08	2,91	1,94	16,44	10,96	2,22	1,48
ТТК-475	Чай полусладкий	200	1,62	0,15	0,05	5,06	3,79	21,50	16,12	0,10	0,08
	Хлеб белый	1/20	1,62	0,20	0,20	9,76	47,32	72,61			
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	0,49	18,29	14,86	89,33			
Итого стоимость питания в день											
		158,45 руб.	125,81 руб.								
Пт. 27 июня 25											
Итого стоимость питания в день											
		158,45 руб.	125,81 руб.								

Завтрак						12,24	9,21	7,75	6,43	68,94	51,62	394,52	301,10	2,03	1,58
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		
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			2,52	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 кипяченое	100	100			3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
Обед						32,65	19,41	13,96	9,95	69,30	55,82	533,37	390,40	63,03	48,83
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
133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25			1,77	1,32	1,88	1,41	9,46	7,10	61,87	46,42	24,09	18,08
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	25/25			23,64	11,82	4,60	2,30	3,79	1,90	151,08	75,56	1,29	0,64
ТТК-187а	Каша гречневая вязкая	130	110			3,98	3,37	4,64	3,93	21,48	18,18	143,60	121,51		
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 белый	1/20	1/20			1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
Уплотненный полдник						15,71	14,91	7,26	7,17	80,42	71,94	449,94	412,02	11,25	10,05
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт			5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
687/96	Пирожки печеные с картофелем	75	75			4,63	4,63	1,53	1,53	32,17	32,17	161,05	161,05	6,45	6,45
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		
Итого стоимость питания в день		158,45 руб.	125,81 руб.												
Итого						312,35	249,86	232,38	196,05	1 098,5	908,44	7 735,1	6 397,53	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				
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:			247,35	190,95	272,40	211,05	1175,9	916,45	8100,80	6302,55	226,30	201,45
В среднем в день:			49,47	38,19	54,48	42,21	235,17	183,29	1 620,16	1 260,51	45,26	40,29

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

Л. Р. Загидуллина

Л. Р. Загидуллина