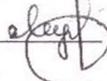


"УТВЕРЖДАЮ"  
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

 Р. И. Мусина

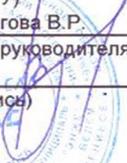
"СОГЛАСОВАНО"

МБДОУ "Энже"

(№ДОУ)

Мурзагова В.Р.

(ФИО руководителя)

  
(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 23.10.2023г. по 27.10.2023 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
<b>Пн, 23 октября 23</b>				70,31	64,84	54,82	49,61	237,01	198,44	1 722,73	1 499,52	40,19	30,69
<b>Завтрак</b>				11,78	9,03	11,29	9,64	51,12	37,08	353,26	271,23	5,19	3,90
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	200/5	150/5	7,94	5,97	9,00	7,66	29,91	22,45	232,44	182,60	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
<b>Второй завтрак</b>				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
<b>Обед</b>				34,13	31,82	20,45	17,21	99,06	76,40	716,82	587,68	32,32	24,30
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	155	1,75	1,34	5,01	3,95	8,72	6,58	86,96	67,22	23,22	17,42
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-503	Напиток "Фруктово-ягодный" ассорти	200	150					14,97	11,23	59,88	44,91		
	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		
<b>Уплотненный полдник</b>				21,34	20,93	20,44	20,12	81,77	79,90	596,42	584,38	1,31	1,12
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
334/04	Макароны залеченные с сыром с маслом	145/3	145/3	8,75	8,75	10,12	10,12	36,41	36,41	271,76	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 "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
<b>Итого стоимость питания в день</b>		146,5 руб.	116,32 руб.										
<b>Вт, 24 октября 23</b>				40,74	35,04	46,2	41,09	245,52	205,89	1 560,85	1 333,39	67,01	56,24
<b>Завтрак</b>				14,22	10,73	16,04	13,80	72,65	54,43	491,86	384,81	2,88	2,22
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		
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
<b>Второй завтрак</b>				3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	0,72	0,72
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
<b>Обед</b>				13,97	12,53	17,15	14,91	92,79	77,72	581,36	495,11	49,09	39,70
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	1,92	1,37	4,55	3,04	11,58	8,29	94,93	65,96	21,61	16,17
ТТК №730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/50	50/50	4,45	4,45	7,60	7,60	5,54	5,54	108,35	108,35	2,57	2,57
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-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из изюма	200	150						20,66	15,50	82,64	61,98		
	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			
	<b>Уплотненный полдник</b>			9,55	8,78	10,42	9,79	75,94	69,60	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			
	<b>Итого стоимость питания в день</b>	146,5 руб.	116,32 руб.											
	<b>Ср, 25 октября 23</b>			71,25	54,55	65,36	52,52	216,7	173,08	1 740,04	1 383,29	120,52	98,93	
	<b>Завтрак</b>			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 пшеница 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	
	<b>Второй завтрак</b>			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	
	<b>Обед</b>			26,22	21,31	32,89	26,25	84,96	68,26	740,63	594,51	77,03	58,27	
тгк-996	Салат "Бобовое зернышко"	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-404к	Голубцы с мясом и рисом "Ленивые"	200	150	12,63	8,89	22,42	16,88	16,60	11,69	318,68	234,26	68,05	51,05	
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			
	<b>Уплотненный полдник</b>			27,15	18,98	15,13	11,02	49,36	40,28	442,21	336,26	38,67	36,57	
	Десерт фруктовый Мандарин	85	85	0,68	0,68	0,17	0,17	6,38	6,38	29,75	29,75	32,30	32,30	
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			
	<b>Итого стоимость питания в день</b>	146,5 руб.	116,32 руб.											
	<b>Чт, 26 октября 23</b>			59,2	49,86	72,27	61,03	213,03	176,36	1 739,41	1 454,15	78,96	62,46	
	<b>Завтрак</b>			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	
	<b>Второй завтрак</b>			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	
	<b>Обед</b>			28,02	22,58	39,67	31,27	88,49	72,93	823,07	663,52	74,75	58,98	
60/96	Винегрет овощной	50	40	0,98	0,79	5,04	4,03	3,00	2,40	61,31	49,04	5,74	4,59	
124/04	Щи из св.кап с карт.с мясн фрик.Останкин со сметаной	200/25/5	150/25/5	7,79	7,38	8,77	8,36	8,26	6,34	143,14	130,15	37,09	27,98	
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			
	<b>Уплотненный полдник</b>			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			
	<b>Итого стоимость питания в день</b>	146,5 руб.	116,32 руб.											
	<b>Пт, 27 октября 23</b>			84,73	62,92	51,29	41,86	267,74	210,08	1 871,52	1 468,77	64,54	54,04	

<b>Завтрак</b>				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
<b>Второй завтрак</b>				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
<b>Обед</b>				38,28	28,86	20,22	15,67	120,30	93,81	816,24	631,82	45,58	36,13
20/2010	Салат из белокочанной капусты	50	40	0,97	0,77	2,55	2,04	5,24	4,19	47,83	38,26	29,89	23,91
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	50,85	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		
<b>Уплотненный полдник</b>				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		
<b>Итого стоимость питания в день</b>		146,5 руб.	116,32 руб.										
<b>Итого</b>				326,23	267,21	289,94	246,11	1 180	963,85	8 634,55	7 139,12	371,22	302,36

	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
<b>ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:</b>			271,3	212,2	300,5	236,1	1306,1	1015,4	9034,6	7139,1	251,2	226,4
<b>В среднем в день:</b>			54,25	42,44	60,09	47,22	261,22	203,08	1 806,91	1 427,82	50,24	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