

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р.И.Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

Д/С Энжа

(№ ДОУ)

Мурзагова В.Р.

(ФИО руководителя)

(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 26.05.2025г. по 30.05.2025 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, 26 мая 25													
Завтрак				51,5	45,92	45,1	40,87	232,67	197,01	1 542,68	1 339,49	51,76	43,74
3/04	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
52/11	Салат из свеклы отварной			18,44	17,09	21,18	19,44	64,33	53,39	521,77	456,86	47,72	40,29
148/04	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	50	40	0,97	0,78	3,06	2,45	5,68	4,55	54,17	43,34	6,46	5,17
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	3,05	2,58	4,00	3,38	14,04	11,88	104,38	88,32	37,40	31,64
	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, 27 мая 25		158,45 руб.	125,81 руб.										
Завтрак				78,92	63,96	61,49	51,5	207,94	172,3	1 700,68	1 408,49	74,47	58,9
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
ТТК №556н	Салат из картофеля с огурцами			38,65	33,79	28,88	23,98	100,40	83,38	816,05	684,48	54,72	41,67
124/04	Щи из св. кап. с карт.с мясн фрик.Останкин.со сметаной	50	40	1,44	1,15	2,55	2,04	4,45	3,56	46,52	37,22	9,07	7,25
		200/25/10	150/25/5	8,02	7,46	9,47	8,33	7,63	5,77	147,83	127,86	40,85	30,82

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	1/20	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	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,00	9,00	41,20	41,20	10,00	10,00
40/10, соус 351/10	Пудинг из творога с яблоками с соусом молочным сладким	150/15	100/30	24,65	16,85	12,97	9,56	25,48	19,71	317,22	232,27	6,34	4,36
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 белый	1/20	1/20										
	Итого стоимость питания в день	158,45 руб.	125,81 руб.										
	Ср, 28 мая 25												
	Завтрак			53,73	41,28	43,84	36,95	205,36	168,43	1 431,01	1 171,39	93,39	68,94
3/04	Бутерброд с сыром			11,09	8,34	7,66	6,36	62,21	46,56	362,17	276,73	2,12	1,65
311/04	Каша молочная манная (жидкая) 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	6,17	4,64	5,12	4,39	32,97	24,74	202,66	156,96	1,37	1,03
	Второй завтрак	180	150	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62
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
ТТК-294н	Огурец свежий порциями			26,36	17,60	23,91	18,45	70,77	55,16	603,76	457,16	87,26	64,04
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	50	40	1,44	1,15	2,55	2,04	4,45	3,56	46,52	37,22	9,07	7,25
ТТК - 394	Запеканка картофельная с мясом птицы с маслом	200/5	150/5	1,91	1,47	3,77	3,01	11,19	8,44	86,34	66,74	24,26	18,20
ТТК-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из изюма	180/3	130/3	22,04	13,88	14,89	11,20	23,86	17,22	317,62	225,25	58,76	42,45
	Хлеб белый	200	150					20,66	15,50	82,64	61,98		
	Уплотненный полдник	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
ТТК-2н	Зеленый горошек порциями			13,22	12,28	9,63	9,50	67,32	61,65	408,85	381,27	2,64	1,88
208/10	Макароны запеченные с яйцом с маслом	15	10	1,02	0,68	0,08	0,05	2,91	1,94	16,44	10,96	2,22	1,48
ТТК-475	Чай полусладкий	150/3	150/3	7,44	7,44	8,81	8,81	31,30	31,30	234,26	234,26	0,32	0,32
	Хлеб белый	200	150	0,20	0,15	0,05	0,04	5,06	3,79	21,50	16,12	0,10	0,08
	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	158,45 руб.	125,81 руб.										
	Чт, 29 мая 25												
	Завтрак			65,26	50,49	55,8	48,99	246,01	199,19	1 747,55	1 439,73	49,26	41,53
2/04	Бутерброд с повидлом			13,49	10,19	12,37	10,86	74,02	57,01	461,46	366,62	2,58	2,06
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	30/10/5	20/10/5	2,45	1,65	4,52	4,22	21,23	16,13	135,44	109,14	0,10	0,10
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	200/3	150/3	7,99	6,00	5,33	4,54	37,51	28,14	230,02	177,48	1,31	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	Ацидофилин			3,02	3,02	2,70	2,70	4,32	4,32	53,68	53,68	0,86	0,86
	Обед	100	100	3,02	3,02	2,70	2,70	4,32	4,32	53,68	53,68	0,86	0,86
ТТК-359 н	Винегрет из овощей (без лука)			17,87	15,72	26,17	23,88	92,59	77,19	677,48	586,55	31,69	24,77
132/04	Рассольник ленинградский со сметаной	50	40	1,33	1,06	3,89	3,12	4,60	3,68	58,77	47,01	7,56	6,05
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	200/5	150/5	2,66	2,03	3,81	3,05	11,98	9,03	92,90	71,67	21,60	16,20
510/04	Каша пшенная вязкая	50/30	50/30	5,14	5,14	13,42	13,42	7,46	7,46	171,17	171,17	2,50	2,50
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	130	110	3,68	3,11	4,34	3,67	21,07	17,83	138,07	116,83		
	Хлеб белый	200	150	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
	Хлеб "Дарницкий"	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Уплотненный полдник	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
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
	Итого стоимость питания в день	158,45 руб.	125,81 руб.										

				64,28	47,09	31,66	26,23	227,05	187,1	1 450,27	1 172,69	87,19	69,43
Пт. 30 мая 25				12,24	9,21	7,75	6,43	68,94	51,62	394,52	301,10	2,03	1,58
Завтрак				2,40	1,60	0,90	0,60	15,30	10,20	78,90	52,60		
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	7,32	5,51	5,21	4,46	39,70	29,80	235,01	181,33	1,28	0,96
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
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	33,14	19,78	14,00	9,98	71,96	57,81	546,33	400,09	70,63	54,52
Обед				1,13	0,90	2,56	2,05	5,43	4,35	49,27	39,42	37,50	30,00
ТТК-513н	Салат " Свежесть "	50	40	2,26	1,69	1,92	1,44	12,12	9,09	74,83	56,11	31,69	23,77
133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	23,64	11,82	4,60	2,30	3,79	1,90	151,08	75,56	1,29	0,64
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	25/25	3,98	3,37	4,64	3,93	21,48	18,18	143,60	121,51		
ТТК-187а	Каша гречневая вязкая	130	110	0,51	0,38	0,08	0,06	19,38	14,53	80,23	60,17	0,15	0,11
ТТК-258к	Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка	200	150	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Хлеб белый	1/20	1/20	15,84	15,04	7,27	7,18	81,09	72,61	453,19	415,27	13,16	11,96
Уплотненный полдник				5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	4,76	4,76	1,54	1,54	32,84	32,84	164,30	164,30	8,36	8,36
687/96	Пирожки печеные с картофелем	75	75	1,00	0,75			20,20	15,15	84,80	63,60	4,80	3,60
707/04	Сок фруктовый разливной	200	150	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Хлеб белый	1/20	1/20	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25										
Итого стоимость питания в день				158,45 руб.	125,81 руб.								
Итого				313,69	248,74	237,89	204,54	1 119,0	924,03	7 872,19	6 531,79	356,07	282,54

	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:												
В среднем в день:			248,70	193,75	272,90	210,95	1175,6	915,90	8102,20	6300,55	226,05	202,55
			49,74	38,75	54,58	42,19	235,11	183,18	1 620,44	1 260,11	45,21	40,51

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

П.Р. Загидуллина

П.Р. Загидуллина