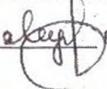


"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

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 27.11.2023г. по 01.12.2023 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, 27 ноября 23				60,37	51,3	66,55	55,61	245,62	204,79	1 822,96	1 524,8	65	49,24
Завтрак				14,01	10,69	11,96	9,79	52,76	38,29	374,76	284,05	3,08	2,32
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 "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	8,68	6,51	8,42	6,86	29,88	22,42	230,02	177,48	2,29	1,72
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				27,04	22,10	40,11	31,99	91,82	73,17	836,44	668,95	60,16	45,18
ТТК-130	Салат "Метелка"	50	40	0,80	0,64	5,04	4,04	3,13	2,50	61,13	48,90	17,54	14,03
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-393К	Запеканка картофельная с мясом "По- домашнему" с маслом	180/5	130/5	14,00	10,12	27,16	20,63	31,26	22,60	425,43	316,51	35,56	25,68
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				16,26	15,45	11,84	11,19	95,98	88,27	555,53	515,57	0,39	0,37
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-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	0,76	0,57	0,06	0,04	17,62	13,22	74,06	55,54	0,09	0,07
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 "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.										
Вт, 28 ноября 23				81,78	66,93	63,06	56,01	273,88	226,81	1 990,13	1 678,95	62,75	51,78
Завтрак				15,19	11,84	15,72	13,73	69,29	51,99	479,39	378,91	3,45	2,70
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	3,74	3,00	5,91	5,62	15,49	10,35	130,13	104,00	0,04	0,04
ТТК-301	Каша молочная "Дружба" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	8,40	6,30	7,29	6,01	38,52	28,90	253,26	194,91	2,24	1,68
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				27,62	24,10	26,05	23,19	102,99	87,40	756,85	654,64	43,79	33,75
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
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/5	1,76	1,26	4,56	3,04	7,60	5,61	78,48	54,86	30,47	22,84
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/30	50/30	5,13	5,13	13,42	13,42	7,41	7,41	170,93	170,93	2,46	2,46
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 "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			35,91	27,93	18,65	16,45	97,27	83,09	700,61	592,12	14,67	14,49
	Десерт фруктовый Яблоко	140	140	0,56	0,56	0,56	0,56	12,60	12,60	57,68	57,68	14,00	14,00
ТТК-302н	Галушки "Снежок"	200	150	30,93	23,00	12,14	9,95	52,39	39,48	442,54	339,42	0,57	0,42
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.										
	Ср, 29 ноября 23			51,73	38,31	46,51	37,97	219,88	180,47	1 505,12	1 216,67	61,38	48,23
	Завтрак			14,41	11,21	10,76	9,03	65,71	49,17	417,39	322,74	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	2,52	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			23,99	14,16	22,53	15,76	89,65	71,51	657,36	484,39	51,09	39,41
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 с мясными фрикадельками "Останкинские" со сметаной	200/25/5	150/25/5	7,70	7,31	8,74	8,35	11,58	8,83	155,82	139,66	19,83	15,04
344/10	Котлеты рыбные "Любительские" из минтая	75	50	8,51		8,61	3,00	4,00		127,52	26,97	1,81	
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-271н	Компот "Фруктово-ягодный" из свежих яблок	200	150	0,18	0,14	0,18	0,14	19,06	14,29	78,58	58,94	4,54	3,41
	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			10,27	9,88	10,58	10,54	59,46	54,73	374,14	353,31	5,84	5,07
ТТК-2н	Зеленый горошек порциями	15	10	1,02	0,68	0,08	0,05	2,91	1,94	16,44	10,96	2,22	1,48
208/10	Макаронны запеченные с яйцом с маслом	150/5	150/5	7,46	7,46	10,26	10,26	31,33	31,33	247,51	247,51	0,32	0,32
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.										
	Чт, 30 ноября 23			83,61	56,72	47,24	37,77	237,1	190,81	1 708,21	1 330,1	58,38	46,83
	Завтрак			15,26	11,53	14,02	12,10	77,36	59,51	496,77	393,14	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
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	9,94	7,46	7,01	5,80	40,73	30,56	265,84	204,34	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			3,02	3,02	2,70	2,70	4,32	4,32	53,68	53,68	0,86	0,86
698/04	Ацидофилин	100	100	3,02	3,02	2,70	2,70	4,32	4,32	53,68	53,68	0,86	0,86
	Обед			33,70	20,08	15,39	10,97	92,24	74,80	642,29	478,21	38,50	29,17
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
132/2004	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	155	2,51	1,80	3,95	2,96	14,50	10,26	103,60	74,87	13,35	9,41
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	25/25	23,79	11,81	4,61	2,30	3,68	1,84	151,36	75,30	1,20	0,60
510/04	Каша рисовая вязкая	130	110	2,00	1,69	3,58	3,03	19,91	16,85	119,85	101,41		
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 "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			31,63	22,09	15,13	12,00	63,18	52,18	515,47	405,07	15,57	14,08
	Десерт фруктовый Яблоко	140	130	0,56	0,52	0,56	0,52	12,60	11,70	57,68	53,56	14,00	13,00
К-512н, соусТТК-4	Запеканка из творога "Ягодка" с соусом сметанным "Сластена"	150/15	100/30	29,35	19,90	14,34	11,26	35,58	26,75	388,83	287,93	1,47	1,00
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		

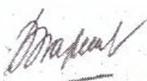
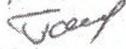
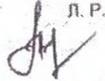
Итого стоимость питания в день		146,5 руб.	116,32 руб.										
Пт, 01 декабря 23				60,81	52,22	69,27	59,62	260,57	216,86	1 908,97	1 612,94	64,86	56,94
Завтрак				15,49	12,03	14,40	12,67	72,28	54,12	480,72	378,62	2,92	2,26
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	3,74	3,00	5,91	5,62	15,49	10,35	130,13	104,00	0,04	0,04
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	2,52	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				27,46	21,68	29,58	21,66	111,60	91,10	822,40	646,07	28,73	21,87
ТТК-359н	Винегрет из овощей	50	40	0,92	0,72	3,55	2,84	3,96	3,11	51,47	40,89	8,89	7,04
133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	5,69	5,18	4,47	3,93	15,98	11,98	126,85	104,04	19,28	14,46
ТТК-739к	Котлеты "Татарские"	75	50	12,09	8,06	17,09	11,06	9,30	6,20	239,33	156,55	0,56	0,37
516/04	Макаронные изделия отварные	130	110	4,64	3,93	3,78	3,20	31,67	26,79	179,30	151,72		
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		
Уплотненный полдник				14,80	15,45	22,65	22,65	71,63	66,58	549,62	532,02	31,84	31,44
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	6,10	6,10	5,52	5,52	0,34	0,34	75,41	75,41		
261/2004	Картофельное пюре запеченное с маслом	150/5	150/5	4,38	4,38	11,23	11,23	23,87	23,87	214,11	214,11	27,84	27,84
707/04	Сок фруктовый с печеньем сахарным в ассортименте	200/18	150/18	2,80	3,45	5,72	5,72	37,48	32,43	212,64	195,04	4,00	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.										
Итого				338,3	265,48	292,63	246,98	1 237,1	1 019,7	8 935,39	7 363,46	312,37	253,02

	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:			271,2	210,5	301,8	237,0	1305,7	1016,1	9041,6	7139,2	250,1	225,1
В среднем в день:			54,24	42,10	60,35	47,40	261,14	203,22	1 808,31	1 427,83	50,02	45,01

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству


 Г.Н. Мартынова

 А.Р. Гатина

 Л.Р. Загидуллина