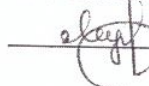


"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

 Р. И. Мусина



ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСК с 28.07.2025г. по 01.08.2025 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						
Пн, 28 июля 25						62,95	56,68	49,23	43,55	220,69	176,28	1 577,75	1 323,79		
Завтрак						9,24	6,75	11,23	9,80	47,66	34,50	328,73	253,22	3,92	2,94
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71				
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-253к	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		
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						32,17	30,06	19,94	16,76	82,41	61,33	637,86	516,34	34,00	25,52
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	150/5	1,72	1,33	4,96	3,91	7,50	5,67	81,58	63,18	24,50	18,38		
ТТК -417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	27,42	26,01	11,70	10,18	40,39	27,06	376,55	303,91	3,41	2,27		
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						18,48	16,81	15,42	14,35	85,56	75,39	554,93	498,00	0,75	0,56
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44				
ТТК - 181а	Макароны отварные	130	110	4,59	3,88	4,29	3,63	31,56	26,70	183,26	155,06				
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		
ТТК-814	Булочка домашняя	30	30	2,16	2,16	4,10	4,10	18,49	18,48	119,43	119,46				
	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, 29 июля 25						47,65	36,07	46,38	37,1	242,22	198,73	1 576,85	1 273,07	72,73	61,51
Завтрак						13,92	9,43	15,81	12,59	69,38	52,00	475,53	359,02	2,07	1,58
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	3,88	1,65	5,90	4,22	15,37	10,27	130,13	85,70	0,04			
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	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62		
Второй завтрак						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		
Обед						20,83	14,50	16,38	11,03	91,08	71,30	594,99	442,53	55,62	45,61
62/11	Салат из моркови с сахаром	50	40	0,78	0,62	0,06	0,05	6,64	5,31	30,20	24,16	3,00	2,40		
110/2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	1,78	1,37	3,76	3,01	10,49	7,91	82,92	64,19	22,67	17,01		
ТТК 491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая	2/40		10,75		7,84		15,74		176,51		1,73			
ТТК 491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ.(зелён.гор)		1/40/10		6,05		3,97		9,81		99,21		2,34		
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-258к	Напиток "Плодово-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 "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
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
ТТК-187а	Каша гречневая вязкая	130	110	3,98	3,37	4,64	3,93	21,48	18,18	143,60	121,51		
	Сок фруктовый с печеньем сахарным в ассортименте	180/20	150/20	3,90	3,75	6,36	6,36	37,38	34,35	222,36	209,64	4,32	3,60
	Хлеб белый	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.								
Ср, 30 июля 25						81,65	60,25	46,66	39,85	193,78	158,8	1 521,66	1 234,86
Завтрак						10,75	8,13	12,16	10,71	69,48	53,61	430,41	343,33
2/04	Бутерброд с повидлом	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
311/04	Каша молочная рисовая жидкая с маслом	200/3	150/3	5,25	3,94	5,12	4,39	32,97	24,74	198,97	154,19	1,37	1,03
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	5,06	5,06	56,23	56,23
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						34,97	25,33	18,35	15,20	49,21	40,39	501,78	399,76
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
148/04	Суп лапша домашняя с мясными фрикадельками "Останкинские"	200/25	150/25	6,53	6,39	8,22	7,76	2,86	2,22	111,50	104,33	2,23	1,82
ТТК-338к	Рагу из мякоти птицы	50/150	30/120	25,84	16,54	7,37	5,20	14,69	11,72	228,40	159,80	30,69	24,59
ТТК-503	Напиток "Плодово-ягодный" ассорти	200	150	0,01	0,01	0,01		16,66	12,50	66,73	50,05	0,20	0,15
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
Уплотненный полдник						32,87	23,73	13,51	11,30	70,03	59,74	533,24	435,54
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
ТТК - 341н	Творожник "Зебра" с соусом сметанным "Сластена"	150/15	100/30	27,71	19,17	12,37	10,26	27,92	22,33	333,89	258,29	0,88	0,80
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 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.								
Чт, 31 июля 25						61,25	50,01	52,54	44,54	219,13	179,43	1 594,4	1 318,5
Завтрак						11,29	8,51	10,72	8,90	62,58	46,87	391,95	301,55
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	2,12	1,65
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	6,17	4,64	5,12	4,39	32,97	24,74	202,66	156,96	1,37	1,03
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
Второй завтрак						3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28
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						32,92	25,13	22,37	16,78	86,13	69,14	677,58	528,16
ТТК-294н	Огурец свежий порциями	50	40	2,72	2,17	0,05	0,04	1,28	1,02	16,43	13,15	5,1	4,08
139/04	Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы	200/15	150/15	10,50	9,34	6,90	6,45	13,38	10,04	157,67	135,60	12,85	9,82
ТТК-992	Мясо "Нежное" в соусе	40/50	25/25	13,09	8,08	11,12	6,64	3,84	1,92	167,79	99,77	1,41	0,71
510/04	Каша перловая вязкая	130	110	2,64	2,24	3,61	3,05	20,66	17,48	125,69	106,35		
ТТК-257н	Напиток "Плодово-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		
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
Уплотненный полдник						13,98	13,31	16,81	16,22	66,09	59,09	471,59	435,51
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		
686/04	Чай с лимоном с деченьем сахарным в ассортименте	200/7/20	150/7/20	3,27	3,22	6,42	6,41	34,48	30,72	208,77	193,42	3,30	3,27
	Хлеб белый	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.								

Пт, 01 августа 25				60,12	44,51	58,26	43,9	231,56	184,81	1 691,09	1 312,4	91	73,47
Завтрак													
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	13,05	9,86	13,05	11,38	68,12	51,12	442,22	346,34	2,48	1,96
311/04	Каша молочная пшенная с маслом	200/3	150/3	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71		
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	7,55	5,67	6,01	5,05	37,47	28,11	234,22	180,63	1,31	0,98
Второй завтрак													
697/04	Молоко кипяченое	100	100	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
Обед													
ТТК-294н	Помидоры свежие	50	40	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/5	16,98	12,45	28,97	20,54	66,00	51,85	592,61	442,03	76,30	59,46
ТТК-649к	Биточки "Рябушка"	75	50	0,26	0,20			2,04	1,63	9,18	7,34	6,89	5,51
216/04	Картофель тушеный	130	110	1,91	1,37	4,51	3,01	6,58	4,84	74,56	51,93	38,21	28,65
ТТК-272н	Кисель из концентрата полусладкий	200	150	10,56	7,08	16,52	10,78	13,20	8,85	243,68	160,72		
	Хлеб белый	1/20	1/20	2,61	2,21	7,74	6,55	13,55	11,47	134,32	113,66	32,31	27,34
Уплотненный полдник													
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	100	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
тнк-572н	Пудинг из творога"Пышка" с повидлом	150/30	100/30	27,03	19,14	13,60	9,34	92,38	76,78	600,03	467,80	10,85	10,68
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,40	0,40	0,40	0,40	9,00	9,00	41,20	41,20	10,00	10,00
	Хлеб белый	1/20	1/20	21,87	14,58	12,46	8,30	50,27	39,37	400,68	290,55	0,75	0,60
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	0,20	0,15	0,05	0,04	5,06	3,79	21,50	16,12	0,10	0,08
Итого стоимость питания в день		158,45 руб.	125,81 руб.										
Итого				313,62	247,52	253,07	208,94	1 107,4	898,05	7 961,75	6 462,62	305,57	248,74

	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:			245,00	190,95	270,65	211,00	1176,2	917,25	8100,50	6301,40	225,90	203,85
В среднем в день:			49,00	38,19	54,13	42,20	235,23	183,45	1 620,10	1 260,28	45,18	40,77

Зам. Ген. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству


 Г. Н. Мартынова

 А. Р. Гатина

 Л. Р. Загидуллина