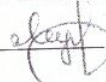


"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

 Р.И. Мусина



ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСК с 30.06.2025г. по 04.07.2025 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	С	
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли			Дет. сад	Ясли
Пн, 30 июня 25				63,36	56,99	48,77	43,18	221,17	176,64	1 577,14	1 323,19	39,36	29,65
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	1,37	1,03
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	2,55	1,91
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17	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	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
Обед				32,58	30,37	19,48	16,39	82,89	61,69	637,25	515,74	33,32	24,78
ТТК-1025	Салат "Радужный"	50	40	1,30	1,04	2,60	2,08	5,71	4,57	51,39	41,11	5,09	4,07
134/04	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200/5	150/5	1,73	1,33	4,96	3,91	7,54	5,69	81,77	63,25	24,75	18,39
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	27,43	26,01	11,70	10,18	40,45	27,10	376,85	304,12	3,45	2,30
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	0,75	0,56
Уплотненный полдник				18,48	16,81	15,42	14,35	85,56	75,39	554,93	498,00		
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, 01 июля 25				47,34	35,66	45,68	36,41	234,49	192,06	1 538,43	1 238,6	70,38	59,56
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				20,82	14,39	16,32	10,98	85,27	66,55	571,17	422,66	53,27	43,66
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	1,79	1,37	3,76	3,01	10,50	7,92	82,97	64,26	22,66	17,02
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-81н	Огурцы консервированные порциями (доп.гарнир)	15	10	0,76	0,51			0,82	0,55	6,33	4,22	0,66	0,44

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 "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			9,60	8,84	10,96	10,25	75,70	69,37	439,88	405,07	14,32	13,60
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		
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 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, 02 июля 25												
	Завтрак			81,99	60,39	46,68	39,86	194,07	159	1 524,36	1 236,18	85,7	70,94
2/04	Бутерброд с повидлом			10,75	8,13	12,16	10,71	69,48	53,61	430,41	343,33	2,64	2,11
311/04	Каша молочная рисовая жидкая 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	5,25	3,94	5,12	4,39	32,97	24,74	198,97	154,19	1,37	1,03
	Второй завтрак	180	150	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
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-513н	Салат "Свежесть "			35,31	25,47	18,37	15,21	49,50	40,59	504,48	401,08	70,71	56,58
148/04	Суп лапша домашняя с мясными фрикадельками "Останкинские"	50	40	1,13	0,90	2,56	2,05	5,43	4,35	49,27	39,42	37,50	30,00
		200/25	150/25	6,53	6,40	8,22	7,76	2,88	2,26	111,58	104,49	2,24	1,84
ТТК-338к	Рагу из мякоти птицы	50/150	30/120	26,02	16,54	7,38	5,20	14,77	11,72	229,58	159,80	30,77	24,59
ТТК-503	Напиток "Фруктово-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	10,98	10,88
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, 03 июля 25												
	Завтрак			60,92	49,68	51,9	43,9	217,01	177,35	1 578,79	1 303,15	23,17	18,07
3/04	Бутерброд с сыром			11,29	8,51	10,72	8,90	62,58	46,87	391,95	301,55	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	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62
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
139/04	Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы			32,89	25,10	22,37	16,78	85,93	68,98	676,57	527,41	16,72	12,12
ТТК-992	Мясо "Нежное" в соусе	200/15	150/15	10,47	9,31	6,90	6,45	13,18	9,88	156,66	134,85	12,22	9,35
510/04	Каша перловая вязкая	40/50	25/25	13,09	8,08	11,12	6,64	3,84	1,92	167,79	99,77	1,41	0,71
ТТК-294н	Огурец свежий порциями (доп. гарнир)	130	110	2,64	2,24	3,61	3,05	20,66	17,48	125,69	106,35		
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	30	20	1,63	1,09	0,03	0,02	0,77	0,51	9,86	6,57	3,06	2,04
	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		
340/04	Омлет натуральный			13,68	13,01	16,17	15,58	64,17	57,17	456,99	420,91	3,49	3,46
510/04	Каша пшеничная вязкая	53	53	5,06	5,06	6,39	6,39	0,75	0,75	80,75	80,75	0,19	0,19
686/04	Чай с лимоном с печеньем сахарным в ассортименте	130	110	4,03	3,41	3,80	3,22	21,10	17,86	134,75	114,02		
	Хлеб белый	200/7/18	150/7/18	2,97	2,92	5,78	5,77	32,56	28,80	194,17	178,82	3,30	3,27
		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, 04 июля 25				60,87	45,15	61,32	46,35	235,55	188,34	1 737,58	1 351,08	92,3	75,62
Завтрак				13,05	9,86	13,05	11,38	68,12	51,12	442,22	346,34	2,48	1,96
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 пшенная с маслом	200/3	150/3	7,55	5,67	6,01	5,05	37,47	28,11	234,22	180,63	1,31	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	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				17,73	13,09	32,03	22,99	69,99	55,38	639,10	480,71	77,60	61,61
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	1,92	1,37	4,51	3,01	6,60	4,86	74,64	52,00	38,22	28,66
ТТК-649к	Биточки "Рябушка"	75	50	10,56	7,08	16,52	10,78	13,20	8,85	243,68	160,72		
	Картофель тушеный	130	110	2,62	2,22	7,74	6,55	13,62	11,53	134,67	113,95	32,36	27,38
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 белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
Уплотненный полдник				27,03	19,14	13,60	9,34	92,38	76,78	600,03	467,80	10,85	10,68
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-572н	Пудинг из творога "Пышка" с повидлом	150/30	100/30	21,87	14,58	12,46	8,30	50,27	39,37	400,68	290,55	0,75	0,60
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.								
Итого				314,48	247,87	254,35	209,7	1 102,3	893,39	7 956,3	6 452,2	310,91	253,84

	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
			245,45	192,85	274,35	212,45	1177,3	916,90	8101,30	6302,20	225,90	203,85
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:			49,09	38,57	54,87	42,49	235,46	183,38	1 620,26	1 260,44	45,18	40,77
В среднем в день:												

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

 Г.Н. Мартынова

 А.Р. Гатиева

 Л.Р. Загидуллина