


1,3 группа
 10 группа: сады № 22, 33, 36, 37, 38, 67, 71, 74, 77, 79, 81, 102, 122
 13 группа: сады № 4, 6, 13, 32, 43, 47, 63, 84, 88, 89, 91, 101, 116
 15 группа: сады № 1,3, 5, 11, 24, 25, 42, 48, 58, 90, 99, 119, 85
 16 группа: сады № 2, 45, 55, 56, 59, 60, 68, 68ф, 76, 87, 95, 100, 117, 130
 19 группа: сады № 15, 19, 23, 57, 107, 112, 113, 124, 125, 126, 127, 128, 129, 119

"УТВЕРЖДАЮ"
 Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

 В.П. Гусева

"СОГЛАСОВАНО"

(№ДОУ)

(ФИО руководителя)

(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ с 06.03.2023г. по 10.03.2023 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. 06 марта 23 | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| 1/04 | Бутерброд с маслом | 30/5 | 20/5 | 11.11 | 8.16 | 12.96 | 11.10 | 51.16 | 37.12 | 365.74 | 281.02 | 4.84 | 3.63 |
| 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-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 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| 707/04 | Сок фруктовый разливной | 100 | 100 | 0.50 | 0.50 | | | 10.10 | 10.10 | 42.40 | 42.40 | 2.40 | 2.40 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | |
| ТТК-996 | Салат "Бобовое зёрнышко" | 50 | 40 | 1.76 | 1.41 | 2.64 | 2.12 | 7.33 | 5.86 | 60.13 | 48.12 | 5.12 | 4.09 |
| 124/04 | Щи из свежей капусты с картофелем с мякотью птицы со сметаной | 200/15/10 | 150/15/10 | 7.86 | 7.29 | 8.18 | 7.78 | 7.23 | 5.12 | 134.04 | 119.69 | 40.88 | 26.98 |
| ТТК-652к; 587/04 | Фрикадельки "Особые" с соусом томатным | 50/50 | 50/50 | 5.36 | 5.36 | 14.30 | 14.30 | 8.84 | 8.84 | 185.51 | 185.51 | 3.53 | 3.53 |
| 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" | 1/41,43 | 1/41,43 | 2.32 | 2.32 | 0.46 | 0.46 | 17.94 | 17.94 | 85.14 | 85.14 | | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | |
| 698/04 | Ацидофилин | 170 | 130 | 5.14 | 3.93 | 4.59 | 3.51 | 7.34 | 5.62 | 91.25 | 69.78 | 1.47 | 1.12 |
| Ужин | | | | | | | | | | | | | |
| | Десерт фруктовый Яблоко | 120 | 120 | 6.93 | 5.31 | 10.39 | 6.71 | 64.82 | 50.00 | 380.53 | 281.58 | 12.80 | 12.59 |
| ТТК-1019 | Сырники "Домашние" из творога с соусом сметанным "Сластёна" | 150/50 | 100/30 | 3.28 | 2.07 | 8.43 | 5.07 | 36.62 | 23.67 | 235.48 | 148.57 | 0.05 | 0.03 |
| 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 |
| | 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, 07 марта 23 | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| 2/04 | Бутерброд с повидлом | 30/10/5 | 20/10/5 | 14.59 | 11.04 | 13.91 | 12.02 | 79.94 | 61.47 | 503.30 | 398.24 | 5.86 | 4.73 |
| 302/04 | Каша молочная ячневая с маслом | 200/3 | 150/3 | 2.27 | 1.53 | 4.49 | 4.20 | 21.35 | 16.21 | 134.93 | 108.80 | 0.10 | 0.10 |
| ТТК-198н | Какао с молоком полусладкое | 180 | 150 | 9.23 | 6.93 | 6.85 | 5.68 | 42.85 | 32.15 | 269.98 | 207.45 | 2.13 | 1.60 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| 707/04 | Сок фруктовый разливной | 100 | 100 | 0.50 | 0.50 | | | 10.10 | 10.10 | 42.40 | 42.40 | 2.40 | 2.40 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | |
| ТТК-357н | Салат "Капуста квашеная" (б/лука) | 50 | 40 | 13.15 | 11.16 | 14.69 | 10.70 | 80.00 | 68.54 | 504.76 | 415.06 | 67.28 | 54.80 |
| 139/04 | Суп картофельный с бобовыми | 200 | 150 | 0.90 | 0.72 | 2.78 | 2.22 | 4.27 | 3.42 | 45.66 | 36.53 | 15.00 | 12.00 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------|--|------------|-------------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|--|----------|----------|--------|--------|
| ТТК491н | Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ(фасоль стр) | 2/40/10 | 40/10 | | | 4.00 | 2.00 | | | | 35.96 | 17.98 | | |
| 520/04 | Пюре картофельное | 130 | 110 | 3.05 | 2.58 | 4.00 | 3.38 | 14.04 | 11.88 | | 104.38 | 88.32 | 37.40 | 31.64 |
| 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" | 1/41,43 | 1/41,43 | 2.32 | 2.32 | 0.46 | 0.46 | 17.94 | 17.94 | | 85.14 | 85.14 | | |
| | Полдник | | | 3.98 | 3.06 | 3.43 | 2.64 | 6.58 | 5.06 | | 73.10 | 56.23 | 1.78 | 1.37 |
| 697/04 | Молоко кипяченое | 130 | 100 | 3.98 | 3.06 | 3.43 | 2.64 | 6.58 | 5.06 | | 73.10 | 56.23 | 1.78 | 1.37 |
| | Ужин | | | 13.64 | 12.97 | 16.48 | 15.84 | 57.04 | 49.97 | | 431.06 | 394.27 | 5.55 | 5.52 |
| 286/10; соус 356/1 | Тефтели мясные с соусом | 60/30 | 60/30 | 7.82 | 7.82 | 12.12 | 12.12 | 10.28 | 10.28 | | 181.51 | 181.51 | 2.25 | 2.25 |
| 510/04 | Каша гречневая вязкая | 130 | 110 | 4.03 | 3.41 | 4.12 | 3.49 | 21.54 | 18.23 | | 139.36 | 117.92 | | |
| 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, 09 марта 23 | | | 65.11 | 58.31 | 55.95 | 47.93 | 248.78 | 208.95 | | 1,759.13 | 1,500.53 | 50.35 | 40.28 |
| | Завтрак | | | 12.93 | 9.75 | 18.19 | 14.33 | 59.71 | 44.70 | | 454.32 | 346.72 | 3.35 | 2.57 |
| 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 | | |
| ТТК-360н | Каша молочная мультислаковая (вязкая) с маслом | 200/5 | 150/3 | 7.94 | 5.95 | 9.00 | 6.21 | 29.91 | 22.42 | | 232.44 | 169.36 | 2.60 | 1.95 |
| 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 | | | 0.50 | 0.50 | | | 10.10 | 10.10 | | 42.40 | 42.40 | 2.40 | 2.40 |
| 707/04 | Сок фруктовый разливной | 100 | 100 | 0.50 | 0.50 | | | 10.10 | 10.10 | | 42.40 | 42.40 | 2.40 | 2.40 |
| | Обед | | | 34.33 | 32.00 | 16.94 | 13.88 | 97.58 | 76.59 | | 680.10 | 559.33 | 29.95 | 21.98 |
| 110/04 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 200/10 | 150/5 | 2.04 | 1.47 | 4.52 | 3.01 | 11.37 | 8.44 | | 94.33 | 66.74 | 24.28 | 18.20 |
| 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-2н | Зеленый горошек порциями (доп. гарнир) | 15 | 10 | 1.02 | 0.68 | 0.08 | 0.05 | 2.91 | 1.94 | | 16.44 | 10.96 | 2.22 | 1.48 |
| 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" | 1/41,43 | 1/41,43 | 2.32 | 2.32 | 0.46 | 0.46 | 17.94 | 17.94 | | 85.14 | 85.14 | | |
| | Полдник | | | 5.10 | 3.90 | 4.40 | 3.36 | 7.04 | 5.38 | | 88.15 | 67.41 | 1.23 | 0.94 |
| 698/04 | Кефир | 170 | 130 | 5.10 | 3.90 | 4.40 | 3.36 | 7.04 | 5.38 | | 88.15 | 67.41 | 1.23 | 0.94 |
| | Ужин | | | 12.25 | 12.16 | 16.42 | 16.36 | 74.35 | 72.18 | | 494.16 | 484.67 | 13.42 | 12.39 |
| | Десерт фруктовый Яблоко | 130 | 120 | 0.52 | 0.48 | 0.52 | 0.48 | 11.70 | 10.80 | | 53.56 | 49.44 | 13.00 | 12.00 |
| 208/10 | Макароны 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 |
| ТТК-475 | Чай полусладкий с печеньем сахарным | 200/17 | 150/17 | 2.75 | 2.70 | 5.46 | 5.44 | 21.38 | 20.11 | | 145.63 | 140.26 | 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. | | | | | | | | | | | |
| | Пт, 10 марта 23 | | | 74.96 | 60.79 | 77.48 | 62.15 | 243.68 | 201.82 | | 1,971.97 | 1,609.61 | 225.51 | 196.01 |
| | Завтрак | | | 12.72 | 11.65 | 10.77 | 9.76 | 51.63 | 50.29 | | 354.39 | 335.57 | 3.50 | 2.74 |
| 3/04 | Бутерброд с сыром | 30/5 | 20/5 | 1.46 | 2.94 | 1.37 | 1.95 | | 10.28 | | 18.20 | 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-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 | | | 0.50 | 0.50 | | | 10.10 | 10.10 | | 42.40 | 42.40 | 2.40 | 2.40 |
| 707/04 | Сок фруктовый разливной | 100 | 100 | 0.50 | 0.50 | | | 10.10 | 10.10 | | 42.40 | 42.40 | 2.40 | 2.40 |
| | Обед | | | 24.82 | 23.47 | 34.05 | 31.19 | 78.92 | 68.41 | | 721.46 | 648.05 | 151.49 | 125.26 |
| ТТК-359н | Винегрет из овощей (без лука) | 50 | 40 | 0.99 | 0.80 | 3.89 | 3.12 | 4.24 | 3.39 | | 56.00 | 44.80 | 10.00 | 8.00 |
| 132/04 | Рассольник ленинградский со сметаной | 200/10 | 150/5 | 2.56 | 2.03 | 4.56 | 3.05 | 11.59 | 9.03 | | 97.67 | 71.67 | 21.77 | 16.20 |
| 479/97 | Биточки по-белорусски | 75 | 75 | 13.41 | 13.41 | 21.26 | 21.26 | 0.98 | 0.98 | | 248.90 | 248.90 | 1.20 | 1.20 |
| 534/04 | Капуста тушеная | 130 | 110 | 3.84 | 3.25 | 3.52 | 2.98 | 15.17 | 12.84 | | 107.71 | 91.14 | 113.98 | 96.45 |
| 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" | 1/41,43 | 1/41,43 | 2.32 | 2.32 | 0.46 | 0.46 | 17.94 | 17.94 | | 85.14 | 85.14 | | |
| | Полдник | | | 3.98 | 3.06 | 3.43 | 2.64 | 6.58 | 5.06 | | 73.10 | 56.23 | 1.78 | 1.37 |
| 697/04 | Молоко кипяченое | 130 | 100 | 3.98 | 3.06 | 3.43 | 2.64 | 6.58 | 5.06 | | 73.10 | 56.23 | 1.78 | 1.37 |

| Ужин | | | | 32.94 | 22.11 | 29.23 | 18.56 | 96.45 | 67.96 | 780.62 | 527.36 | 66.34 | 64.24 |
|---------------------------------------|--|------------|-------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|----------|----------|--------|--------|
| | Десерт фруктовый Апельсин | 100 | 100 | 0.90 | 0.90 | | | 8.40 | 8.40 | 37.20 | 37.20 | 60.00 | 60.00 |
| ТТК-868 | Пудинг Творожн с яблок с соусом смет Сластина | 150/30 | 100/30 | 24.66 | 16.57 | 18.18 | 12.93 | 27.85 | 20.08 | 373.64 | 263.02 | 6.25 | 4.17 |
| ТТК-253н | Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным | 200/34 | 150/17 | 5.86 | 3.12 | 10.87 | 5.45 | 50.26 | 29.54 | 322.32 | 179.68 | 0.09 | 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. | | | | | | | | | | |
| Итого | | | | 233.07 | 197.56 | 239.42 | 200.64 | 963.15 | 798.74 | 6,939.86 | 5,790.74 | 429.77 | 359.45 |

| | Масса порции, г. | | Пищевые вещества, г. | | | | | | Энерг. ценность, ккал | | Витамины, мг | |
|--------------------------|------------------|------|----------------------|--------|----------|--------|----------|--------|-----------------------|----------|--------------|--------|
| | Дет. сад | Ясли | Белки | | Жиры | | Углеводы | | Дет. сад | Ясли | С | С |
| | | | Дет. сал | Ясли | Дет. сал | Ясли | Дет. сал | Ясли | | | Дет. сал | Ясли |
| ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ: | | | 233.07 | 197.56 | 239.42 | 200.64 | 963.15 | 798.74 | 6,939.86 | 5,790.74 | 429.77 | 359.45 |
| В среднем в день: | | | 58.27 | 49.39 | 59.86 | 50.16 | 240.79 | 199.69 | 1,734.97 | 1,447.69 | 107.44 | 89.86 |

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

Г.Н. Мартынова

Н.В. Журавлева

Л. Р. Загидуллина