

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


"СОГЛАСОВАНО"

ООО "Школьное питание"

(№ДОУ)

(ФИО руководителя)

(подпись)

 \_\_\_\_\_ В.П. Гусева

**ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ с 14.11.2022г. по 18.11.2022 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				
<b>Пн, 14 ноября 22</b>				49.95	42.31	57.36	47.46	250.04	204.64	1,716.2	1,414.87	42.65	32.77
<b>Завтрак</b>				9.47	7.77	11.66	10.40	51.11	39.56	347.33	282.97	2.59	1.95
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
510/04	Каша гречневая вязкая	180	150	5.57	4.65	5.70	4.75	29.83	24.86	192.97	160.80		
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
<b>Второй завтрак</b>				0.09	0.07			17.17	13.13	69.02	52.78	3.40	2.60
707/04	Сок фруктовый разливной	170	130	0.09	0.07			17.17	13.13	69.02	52.78	3.40	2.60
<b>Обед</b>				25.65	20.41	28.73	20.93	107.76	87.54	792.18	620.13	34.14	25.94
ТТК-359н	Винегрет из овощей	50	40	1.00	0.80	3.55	2.84	3.76	3.01	50.99	40.79	6.80	5.44
133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	225	175	5.61	5.12	4.24	3.76	10.59	7.94	102.97	86.12	27.34	20.50
ТТК-649к	Биточки "Рябушка"	75	50	10.56	7.08	16.52	10.78	13.20	8.85	243.68	160.72		
516/04	Макаронные изделия отварные	130	100	4.64	3.57	3.78	2.91	31.67	24.36	179.30	137.92		
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		
<b>Полдник</b>				5.22	5.22	6.74	6.74	23.54	23.54	175.69	175.69	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
ТТК-814	Булочка домашняя	30	30	2.16	2.16	4.10	4.10	18.48	18.48	119.46	119.46		
<b>Ужин</b>				9.52	8.84	10.23	9.39	50.46	40.87	331.98	283.30	1.15	0.91
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 ячневая вязкая	130	100	2.84	2.19	3.66	2.82	18.29	14.07	117.47	90.36		
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 "Рябинушка"	1/20	1/20	1.52	1.52	0.18	0.18	9.94	9.94	47.46	47.46		
<b>Итого стоимость питания в день</b>		126.79 руб.	100.66 руб.										
<b>Вт, 15 ноября 22</b>				71.32	53.48	63.84	50.57	225.11	177.53	1,760.3	1,379.03	106.11	77.05
<b>Завтрак</b>				10.96	8.27	11.25	9.96	68.26	52.57	418.20	332.93	2.22	1.75
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 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	2.52	2.10	1.64	1.37	13.94	11.62	80.61	67.17	0.75	0.62
<b>Второй завтрак</b>				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
<b>Обед</b>				20.66	16.16	34.23	26.44	86.27	71.41	735.72	588.19	88.89	65.54
52/11	Салат из отварной свеклы	50	40	0.91	0.73	3.06	2.45	5.33	4.27	52.49	41.99	6.06	4.85
135/04	Суп из овощей со сметаной	200/5	150/5	1.97	1.51	3.79	3.03	7.89	5.97	73.55	57.16	25.86	19.40
ТТК-393	Запеканка картофельная с мясом "По-домашнему" с маслом	180/5	130/5	13.80	9.97	26.72	20.31	20.74	14.97	378.63	282.60	50.57	36.49

ТТК-950	Напиток "Лимонный"	200	150	0.14	0.11	0.02	0.01	24.43	18.32	98.45	73.84	6.40	4.80
	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		
	<b>Полдник</b>			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
	<b>Ужин</b>			33.58	22.93	13.08	8.89	61.19	44.16	496.87	348.40	12.79	7.55
	Десерт фруктовый Яблоко	120	70	0.48	0.28	0.48	0.28	10.80	6.30	49.44	28.84	12.00	7.00
ТТК-1019	Сырники "Домашние" из творога с соусом сметанным "Сластёна"	150/15	100/15	31.38	20.98	12.37	8.39	35.39	24.13	378.47	255.98	0.69	0.47
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		
	<b>Итого стоимость питания в день</b>	126.79 руб.	100.66 руб.										
	<b>Ср. 16 ноября 22</b>			48.77	40.62	39.82	34.8	252.99	214.53	1,565.39	1,333.6	71.65	57.16
	<b>Завтрак</b>			11.95	9.05	13.67	11.85	57.27	42.97	399.99	314.71	2.54	2.01
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		
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-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
	<b>Второй завтрак</b>			0.95	0.73			18.33	14.01	77.11	58.97		
	Напиток из сыворотки	170	130	0.95	0.73			18.33	14.01	77.11	58.97		
	<b>Обед</b>			20.73	16.85	13.05	11.26	90.72	75.64	563.17	471.18	29.87	22.24
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	1.82	1.40	3.76	3.01	10.69	8.06	83.91	64.93	23.25	17.44
ТТК-653к	Зразы "Любимые" с сыром	60	60	0.11	0.11	4.15	4.15	0.06	0.06	37.99	37.99	0.01	0.01
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	100	14.70	11.31	4.32	3.32	32.42	24.94	227.34	174.88		
ТТК-294н	Помидоры свежие (доп. гарнир)	15	10	0.08	0.05			0.61	0.41	2.75	1.84	2.07	1.38
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		
	<b>Полдник</b>			7.49	7.49	5.08	5.08	51.94	51.94	283.44	283.44	1.67	1.67
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
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
	<b>Ужин</b>			7.65	6.50	8.02	6.61	34.73	29.97	241.68	205.30	37.57	31.24
151/10	Картофель запеченный в сметанном соусе	180	150	4.48	3.74	6.54	5.45	17.33	14.44	146.07	121.73	36.82	30.68
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		
	<b>Итого стоимость питания в день</b>	126.79 руб.	100.66 руб.										
	<b>Чт. 17 ноября 22</b>			58.96	46.13	48.62	39.4	239.37	185.76	1,631.05	1,282.05	15.05	12.84
	<b>Завтрак</b>			12.34	9.30	12.14	10.63	66.90	50.08	426.32	333.17	2.06	1.60
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		
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-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
	<b>Второй завтрак</b>			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
	<b>Обед</b>			34.72	25.77	22.90	17.63	116.77	88.49	812.12	615.69	7.46	5.74
ТТК-66	Салат "Солнышко"	50	40	0.59	0.47	5.09	4.07	7.13	5.70	76.72	61.38	3.49	2.79
148/04	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	8.05	7.50	7.18	6.67	11.12	8.34	141.33	123.35	2.19	1.83
ТТК-247н	Гречка с говядиной "Батыр"	40/160	25/100	21.74	13.59	9.97	6.23	51.21	32.00	381.55	238.42	1.75	1.10
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		
	<b>Полдник</b>			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
	<b>Ужин</b>			5.82	4.98	8.24	5.80	46.32	37.81	282.70	223.28	3.30	3.27

ТТК-101н	Котлеты "Любимые"	75	50		0.14	4.20	2.64		0.12	37.76	24.78		
510/04	Каша пшеничная вязкая	130	100	4.03	3.10	3.80	2.93	21.10	16.23	134.75	103.66		
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		
<b>Итого стоимость питания в день</b>		126.79 руб.	100.66 руб.										
<b>Пт. 18 ноября 22</b>													
<b>Завтрак</b>													
				14.60	12.41	15.83	14.19	46.51	34.89	386.92	316.81	2.47	1.96
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		
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5.52	5.52	5.04	5.04			67.44	67.44		
161/04	Суп молочный с рисом	200	150	3.76	2.82	3.78	2.84	15.74	11.80	111.99	84.00	1.30	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
<b>Второй завтрак</b>													
707/04	Сок фруктовый разливной	170	130	0.09	0.07			17.17	13.13	69.02	52.78	3.40	2.60
<b>Обед</b>													
				14.09	12.84	17.68	16.24	81.40	69.80	541.03	476.74	83.36	65.06
20/2010	Салат из белокачанной капусты	50	40	0.97	0.77	2.55	2.04	5.24	4.19	47.83	38.26	29.89	23.91
132/04	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	150/5	2.23	1.84	3.80	3.79	10.38	8.01	84.65	73.48	18.84	14.16
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	50/30	4.24	4.24	6.72	6.72	4.24	4.24	94.38	94.38	1.61	1.61
520/04	Пюре картофельное	130	100	2.71	2.08	3.97	3.05	12.18	9.37	95.27	73.29	32.06	24.66
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 "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		
<b>Полдник</b>													
				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
<b>Ужин</b>													
				35.68	27.50	18.26	15.85	94.51	75.83	685.07	555.98	12.67	7.49
	Десерт фруктовый Яблоко	120	70	0.48	0.28	0.48	0.28	10.80	6.30	49.44	28.84	12.00	7.00
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	200/17	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		
<b>Итого стоимость питания в день</b>		126.79 руб.	100.66 руб.										
<b>Итого</b>													
				296.52	238.42	264.05	221.15	1,212.2	981.17	8,411.21	6,868.09	338.73	258.3

	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
<b>ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:</b>			270.2	211.4	300.9	236.2	1306.7	1016.2	9141.2	7066.7	250.3	225.3
<b>В среднем в день:</b>			54.03	42.28	60.18	47.23	261.34	203.23	1,828.24	1,413.33	50.05	45.06

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

Г.Н. Мартынова

Н.В. Журавлева

Л. Р. Загидуллина