

Главный специалист отдела
дошкольного образования

7/4-

7Г по 22.12.17Г

НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ С 18.12.17г по 22.12.17г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Цена		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
						Белки		Жиры		Углеводы				С	
№ рец.	ПОНЕДЕЛЬНИК 18/12	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
	<u>Завтрак</u>														
1./04	Батон с маслом	20/5	20/5	4.03	4.03	1.63	1.63	4.70	4.70	10.40	10.40	90.42	90.42	0.00	0.00
510./04	Каша ячневая вязкая	200	150	4.54	3.41	4.20	3.15	8.00	6.00	28.40	21.30	202.40	151.80	0.00	0.00
648./04	Кисель	200	150	1.58	1.18	0.00	0.00	0.00	0.00	30.60	22.95	118.00	88.50	0.00	0.00
	Итого			10.15	8.62	5.83	4.78	12.70	10.70	69.40	54.65	410.82	330.72	0.00	0.00
	<u>2 Завтрак</u>														
707./04	Сок разливной	170	170	4.59	4.59	0.00	0.00	0.00	0.00	10.20	10.20	40.80	40.80	3.40	3.40
	Итого			4.59	4.59	0.00	0.00	0.00	0.00	10.20	10.20	40.80	40.80	3.40	3.40
	<u>Обед</u>														
71/04	Винегрет овощной	50	50	2.47	2.47	0.70	0.70	5.05	5.05	3.40	3.40	61.67	61.67	8.10	8.10
133./04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	11.99	11.11	6.34	5.78	7.75	7.15	16.40	12.30	161.00	137.00	8.10	6.30
ТТК-450	Котлета "Камская"	75	75	17.91	17.91	10.00	10.00	3.00	3.00	6.00	6.00	90.00	90.00	0.35	0.35
516./04	Макароны отварные	130	100	3.33	2.56	4.78	3.82	4.72	3.39	25.99	20.79	165.56	129.00	0.00	0.00
ТТК-317	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов	200	150	1.56	1.17	0.60	0.45	0.00	0.00	31.40	23.55	124.00	93.00	0.45	0.34
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1.11	1.11	1.60	1.60	0.40	0.40	10.00	10.00	54.00	54.00	0.00	0.00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2.09	1.83	3.25	2.84	0.46	0.41	20.88	18.27	102.08	89.32	0.00	0.00
	Итого			40.46	38.16	27.27	24.19	21.38	19.40	118.07	94.31	758.31	581.99	17.00	15.09
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое	180	180	10.36	10.36	5.31	5.31	4.50	4.50	8.91	8.91	97.38	97.38	2.46	2.46
	Итого			10.36	10.36	5.31	5.31	4.50	4.50	8.91	8.91	97.38	97.38	2.46	2.46
	<u>Ужин</u>														
	Десерт фруктовый "Яблоко"	150	145	9.77	9.45	0.59	0.57	0.00	0.00	14.50	14.02	56.24	54.37	23.68	22.89
ТТК-341	Запеканка "Сладкоежка" с соусом молочным сладким	150/50	100/50	49.50	33.90	22.89	15.26	15.57	10.38	41.06	27.37	396.00	264.00	0.77	0.51
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0.41	0.30	0.18	0.13	0.00	0.00	4.78	3.58	19.90	14.92	0.04	0.03
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1.11	1.11	1.60	1.60	0.40	0.40	10.00	10.00	54.00	54.00	0.00	0.00
	Итого			60.79	44.76	25.26	17.56	15.97	10.78	70.34	54.97	526.14	387.29	24.48	23.43
	Итого за день			126.35	106.49	63.67	51.84	54.55	45.38	276.92	223.04	1833.45	1438.18	47.34	44.38
	ВТОРНИК 19/12														
	<u>Завтрак</u>														

3./04	Батон с сыром	20/5	20/5	4.35	4.35	2.90	2.90	1.95	1.95	10.40	10.40	70.75	70.75	0.14	0.14
337./04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5.19	5.19	5.10	5.10	4.60	4.60	0.30	0.30	63.00	63.00	0.00	0.00
161./04	Суп молочный с рисом	200	150	6.87	5.15	5.76	4.32	6.64	4.98	19.28	14.46	160.00	120.00	0.90	0.67
ТТК-305	Какао с молоком	180	150	5.85	4.87	2.95	2.46	3.24	2.70	22.82	19.02	132.26	110.22	1.43	1.20
	Итого			22.26	19.56	16.71	14.78	16.43	14.23	52.80	44.18	426.01	363.97	2.47	2.01
	<u>2 Завтрак</u>														
698./04	Кефир	145	140	12.45	12.02	4.35	4.20	3.63	3.50	5.80	5.60	73.23	70.70	2.90	2.80
	Итого			12.45	12.02	4.35	4.20	3.63	3.50	5.80	5.60	73.23	70.70	2.90	2.80
	<u>Обед</u>														
ТТК-54	Салат "Бурячок"	60	60	2.45	2.45	0.90	0.90	2.40	2.40	4.80	4.80	44.40	44.40	5.88	5.88
	Щи из свежей капусты с карт. со смет.	200/5	150/5	4.33	3.47	1.74	1.34	4.19	3.33	8.16	6.16	77.30	60.00	14.81	11.12
124/04															
437/04	Гуляш из говядины	50/50	50/50	32.52	32.52	13.90	13.90	6.50	6.50	4.00	4.00	132.00	132.00	0.06	0.06
ТТК-446	Пюре "Янтарное"	130	100	3.44	2.65	27.52	21.17	9.02	6.94	60.74	46.72	434.23	334.02	0.00	0.00
ТТК-315	Компот "Фруктовый" из изюма	200	150	3.08	2.31	0.40	0.30	0.00	0.00	27.40	20.50	111.20	83.20	0.00	0.00
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1.11	1.11	1.60	1.60	0.40	0.40	10.00	10.00	54.00	54.00	0.00	0.00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2.09	1.83	3.25	2.84	0.46	0.41	20.88	18.27	102.08	89.32	0.00	0.00
	Итого			49.02	46.34	46.81	38.05	22.97	19.97	135.98	110.45	955.21	724.94	18.75	17.06
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое	180	180	10.36	10.36	5.31	5.31	4.50	4.50	8.91	8.91	97.38	97.38	2.46	2.46
ТТК-814	Булочка "Домашняя"	30	30	0.94	0.94	2.24	2.24	3.93	3.93	18.27	18.27	117.63	117.63	0.00	0.00
	Итого			11.30	11.30	7.55	7.55	8.43	8.43	27.18	27.18	215.01	215.01	2.46	2.46
	<u>Ужин</u>														
388/04	Биточки рыбные	75	75	18.01	18.01	11.14	11.14	7.03	7.03	6.56	6.56	134.05	134.05	1.68	1.68
216./04	Картофель тушеный	150	150	10.03	10.03	3.15	3.15	9.60	9.60	27.70	27.70	209.80	209.80	10.92	10.92
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0.41	0.30	0.18	0.13	0.00	0.00	4.78	3.58	19.90	14.92	0.04	0.03
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1.11	1.11	1.60	1.60	0.40	0.40	10.00	10.00	54.00	54.00	0.00	0.00
	Итого			29.56	29.45	16.07	16.02	17.03	17.03	49.04	47.84	417.75	412.77	12.64	12.63
	Итого за день			124.59	118.67	91.49	80.60	68.49	63.16	270.80	235.25	2087.21	1787.39	39.22	36.96
	СРЕДА 20/12														
	<u>Завтрак</u>														
1./04	Батон с маслом	20/5	20/5	4.03	4.03	1.63	1.63	4.70	4.70	10.40	10.40	90.42	90.42	0.00	0.00
311./04	Каша молочная пшеничная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	11.59	9.07	4.40	4.12	4.06	4.03	26.99	25.31	162.00	154.00	0.00	0.00
395/10	Кофейный напиток с молоком	180	150	5.90	4.76	2.85	2.34	2.41	2.00	14.36	10.63	91.00	70.00	1.17	0.98
	Итого			21.52	17.86	8.88	8.09	11.17	10.73	51.75	46.34	343.42	314.42	1.17	0.98
	<u>2 Завтрак</u>														
707./04	Сок разливной	170	170	4.59	4.59	0.00	0.00	0.00	0.00	10.20	10.20	40.80	40.80	3.40	3.40
	Итого			4.59	4.59	0.00	0.00	0.00	0.00	10.20	10.20	40.80	40.80	3.40	3.40
	<u>Обед</u>														
78./04	Икра морковная	60	50	2.23	1.86	1.32	1.10	4.56	3.80	6.84	5.70	76.80	64.00	7.68	6.40
148./04	Борщ из свежей капусты с карт с мясными фрикад со смет	200/25/10	150/25/10	13.35	12.66	7.64	5.94	7.74	6.02	11.42	8.88	148.00	115.11	0.65	0.51
ТТК-653	Зразы мясные "Любимые" с сыром	60	60	16.06	16.06	6.60	6.60	9.00	9.00	1.80	1.80	115.00	115.00	0.35	0.35
510./04	Каша гречневая вязкая	130	100	3.12	2.40	3.90	3.00	5.85	4.50	19.37	14.90	145.73	112.10	0.00	0.00

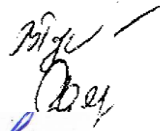
ТТК-315	Компот "Фруктовый" из кураги	200	150	2.96	2.22	1.20	0.90	0.00	0.00	31.60	23.70	126.00	94.50	0.00	0.00
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1.11	1.11	1.60	1.60	0.40	0.40	10.00	10.00	54.00	54.00	0.00	0.00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2.09	1.83	3.25	2.84	0.46	0.41	20.88	18.27	102.08	89.32	0.00	0.00
	Итого			40.92	38.14	22.51	19.98	28.01	24.13	109.91	83.25	767.61	572.03	6.68	5.26
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое	180	180	10.36	10.36	5.31	5.31	4.50	4.50	8.91	8.91	97.38	97.38	2.46	2.46
	Итого			10.36	10.36	5.31	5.31	4.50	4.50	8.91	8.91	97.38	97.38	2.46	2.46
	<u>Ужин</u>														
	Десерт фруктовый "Апельсин"	150	150	13.09	13.09	1.35	1.35	0.00	0.00	12.15	12.15	64.50	64.50	23.00	23.00
269./04	Запеканка овощная с соусом сметанным	150/30	100/50	9.87	7.97	6.12	4.80	16.41	14.00	27.90	20.10	283.77	225.60	13.50	11.20
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0.41	0.30	0.18	0.13	0.00	0.00	4.78	3.58	19.90	14.92	0.04	0.03
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1.11	1.11	1.60	1.60	0.40	0.40	10.00	10.00	54.00	54.00	0.00	0.00
	Итого			24.48	22.47	9.25	7.88	16.81	14.40	54.83	45.83	422.17	359.02	36.54	34.23
	Итого за день			101.87	93.42	45.95	41.26	60.49	53.76	235.60	194.53	1671.38	1383.65	50.25	46.32
	<u>ЧЕТВЕРГ 21/12</u>														
	<u>Завтрак</u>														
3./04	Батон с сыром	20/5	20/5	4.35	4.35	2.90	2.90	1.95	1.95	10.40	10.40	70.75	70.75	0.14	0.14
311./04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	12.02	9.39	3.10	2.40	5.00	3.80	21.10	16.00	140.00	107.80	0.00	0.00
ТТК-305	Какао с молоком	180	150	5.85	4.87	2.95	2.46	3.24	2.70	22.82	19.02	132.26	110.22	1.43	1.20
	Итого			22.22	18.61	8.95	7.76	10.19	8.45	54.32	45.42	343.01	288.77	1.57	1.34
	<u>2 Завтрак</u>														
698./04	Кефир	150	150	12.88	12.88	4.50	4.50	3.75	3.75	6.00	6.00	75.75	75.75	3.00	3.00
	Итого			12.88	12.88	4.50	4.50	3.75	3.75	6.00	6.00	75.75	75.75	3.00	3.00
	<u>Обед</u>														
ТТК-130	Салат "Метелка"	60	60	1.23	1.23	0.60	0.60	2.40	2.40	4.80	4.80	42.00	42.00	4.32	4.32
131/04	Рассольник "Домашний" со сметаной	200/10	150/10	6.81	5.56	2.05	1.61	5.10	4.20	10.47	7.93	96.05	76.05	10.25	7.88
ТТК-53	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	40/50	20.01	16.19	18.60	16.74	4.40	3.96	3.34	3.01	127.30	114.57	0.65	0.59
510./04	Каша рисовая вязкая	130	100	3.50	2.69	1.95	1.50	5.07	3.90	19.89	15.30	132.99	102.30	0.00	0.00
ТТК-147	Компот из черной смородины	200	150	2.37	1.78	0.20	0.15	0.00	0.00	21.60	16.20	87.20	65.40	25.80	19.35
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1.11	1.11	1.60	1.60	0.40	0.40	10.00	10.00	54.00	54.00	0.00	0.00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2.09	1.83	3.25	2.84	0.46	0.41	20.88	18.27	102.08	89.32	0.00	0.00
	Итого			37.12	30.39	25.25	21.04	17.83	15.27	94.98	75.51	641.62	471.64	38.02	30.14
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое	180	180	10.36	10.36	5.31	5.31	4.50	4.50	8.91	8.91	97.38	97.38	2.46	2.46
	Итого			10.36	10.36	5.31	5.31	4.50	4.50	8.91	8.91	97.38	97.38	2.46	2.46
	<u>Ужин</u>														
ТТК-734	Котлеты рыбные "Морячка"	75	75	12.60	12.60	15.77	15.77	2.76	2.76	7.30	7.30	117.00	117.00	2.29	2.29
318/10	Картофель отварной	150	150	5.93	5.93	2.87	2.87	4.32	4.32	23.00	23.00	142.35	142.35	21.00	21.00
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0.41	0.30	0.18	0.13	0.00	0.00	4.78	3.58	19.90	14.92	0.04	0.03
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1.11	1.11	1.60	1.60	0.40	0.40	10.00	10.00	54.00	54.00	0.00	0.00
	Итого			20.05	19.94	20.42	20.37	7.48	7.48	45.08	43.88	333.25	328.27	23.33	23.32

	Итого за день			102.63	92.18	64.43	58.98	43.75	39.45	209.29	179.72	1491.01	1261.81	68.38	60.26
	ПЯТНИЦА 22/12														
	Завтрак														
1./04	Батон с маслом	20/5	20/5	4.03	4.03	1.63	1.63	4.70	4.70	10.40	10.40	90.42	90.42	0.00	0.00
161./04	Суп молочный с пшеном	200	150	6.69	5.02	5.76	4.32	6.64	4.98	19.28	14.46	160.00	120.00	0.90	0.67
395/10	Кофейный напиток с молоком	180	150	5.90	4.76	2.85	2.34	2.41	2.00	14.36	10.63	91.00	70.00	1.17	0.98
	Итого			16.62	13.81	10.24	8.29	13.75	11.68	44.04	35.49	341.42	280.42	2.07	1.65
	2 завтрак														
707./04	Сок разливной	150	150	4.05	4.05	0.00	0.00	0.00	0.00	9.00	9.00	36.00	36.00	3.00	3.00
	Итого			4.05	4.05	0.00	0.00	0.00	0.00	9.00	9.00	36.00	36.00	3.00	3.00
	Обед														
ТТК-65	Морковь тертая с сахаром	60	60	1.24	1.24	0.60	0.60	0.07	0.07	6.96	6.96	30.00	30.00	2.88	2.88
110./04	Суп- лапша домашняя.на мясокостном бульоне	200	150	6.63	4.97	1.88	1.74	5.66	4.91	10.80	10.64	101.66	93.71	8.23	8.21
ТТК-739	Котлеты "Татарские"	75	75	16.15	16.15	9.00	9.00	10.00	10.00	3.00	3.00	139.00	139.00	0.34	0.34
534/04	Капуста тушеная	150	130	5.37	4.66	3.75	3.25	6.92	6.00	16.15	14.00	141.30	122.46	24.55	21.28
ТТК-315	Компот "Фруктовый" из чернослива	200	150	3.36	2.52	0.60	0.45	0.00	0.00	29.00	21.75	116.00	87.00	0.00	0.00
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1.11	1.11	1.60	1.60	0.40	0.40	10.00	10.00	54.00	54.00	0.00	0.00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2.09	1.83	3.25	2.84	0.46	0.41	20.88	18.27	102.08	89.32	0.00	0.00
	Итого			35.95	32.48	20.68	19.48	23.51	21.79	100.79	84.62	684.04	543.49	36.00	32.71
	Полдник														
697./04	Молоко кипяченое с печеньем "Деревенское топленое молоко"	180/19	180/19	11.86	11.86	6.83	6.83	6.78	6.78	22.97	22.97	181.17	181.17	2.46	2.46
	Итого			11.86	11.86	6.83	6.83	6.78	6.78	22.97	22.97	181.17	181.17	2.46	2.46
	Ужин														
	Десерт фруктовый "Мандарин"	100	100	8.22	8.22	0.80	0.80	0.00	0.00	7.50	7.50	38.00	38.00	38.00	38.00
367./04	Галушки из творога отварные с маслом	195/5	145/5	44.83	33.99	27.33	20.33	13.87	11.37	48.79	36.29	429.31	328.81	0.57	0.42
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0.41	0.30	0.18	0.13	0.00	0.00	4.78	3.58	19.90	14.92	0.04	0.03
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1.11	1.11	1.60	1.60	0.40	0.40	10.00	10.00	54.00	54.00	0.00	0.00
	Итого			54.57	43.62	29.91	22.86	14.27	11.77	71.07	57.37	541.21	435.73	38.61	38.45
	Итого за день			123.05	105.82	67.66	57.46	58.31	52.02	247.87	209.45	1783.84	1476.81	82.14	78.27

	Цена		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
			Белки		Жиры		Углеводы				С	
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:	578.49	516.58	283.2	220.1	285.6	245.8	1240.5	1042.0	8866.9	7347.8	262.3	235.2
В среднем в день	115.70	103.32	56.64	44.03	57.12	49.15	248.10	208.40	1773.38	1469.57	52.47	47.04

Рекомендуемые нормы физиологических потребностей для детей с 3 до 7 лет в пищевых веществах и энергии согласно СанПиН 2.4.1.3049 - 13 "Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях"

Генеральный директор



В.П. Гусева

Зам. директора по производству и качеству



Р.И. Самигулова

Экономист по ценам



Н.В. Журавлева

Зам. начальника производственного отдела

Ю.В. Прокофьева