

11 группа: сады № 27, 93, 30, 28, 50, 34, 103, 52, 51, 40, 54, 110

12 группа: сады № 115, 39, 35, 46, 7, 29, 31, 18, 106, 21, 14, 97, 12

14 группа: сады № 75, 92, 73, 72, 96, 10, 17, 20, 105, 120, 64, 49, 26

17 группа: сады № 122, 123, 53, 44, 94, 83, 78, 80, 111, 104, 114, 98, 81

18 группа: сады № 121, 62, 65, 16, 86, 66, 82, 109, 8, 9, 108, 118

2,4 группа

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ С 03.02.2020 г по 07.02.2020 г

117,22 руб./день - сад

93,07 руб./день - ясли

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
				Белки		Жиры		Углеводы					
№ рец.	<u>ПОНЕДЕЛЬНИК 03.02</u>	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
	<u>Завтрак</u>												
2./04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10	20/5/5	2,93	2,93	6,05	6,05	10,40	10,40	107,77	107,77	0,14	0,14
510./04	Каша гречневая вязкая с сахаром	200	150	6,00	4,50	9,00	6,75	29,80	22,35	224,20	168,15	0,00	0,00
648./04	Кисель	200	150	0,00	0,00	0,00	0,00	30,60	22,95	118,00	88,50	0,00	0,00
	Итого			8,93	7,43	15,05	12,80	70,80	55,70	449,97	364,42	0,14	0,14
	<u>2 Завтрак</u>												
707./04	Сок фруктовый разливной	170	130	0,00	0,00	0,00	0,00	10,20	10,20	40,80	40,80	3,40	3,40
	Итого			0,00	0,00	0,00	0,00	10,20	10,20	40,80	40,80	3,40	3,40
	<u>Обед</u>												
45./04	Салат из квашеной капусты	60	40	0,42	0,42	1,88	1,88	3,01	3,01	30,54	30,54	9,05	9,05
131/04	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	200/10	150/10	1,90	1,46	4,35	3,45	10,31	7,77	88,02	68,02	9,85	7,48
71 н	Шницель натуральный рубленый	75	50	12,14	8,09	8,96	5,97	9,40	6,27	166,80	111,20	24,50	16,33
520./04	Картофельное пюре	130	100	3,00	2,60	4,80	4,16	20,40	17,68	140,00	121,33	18,10	15,69
ТТК-372	Компот из свежих яблок	200	150	0,60	0,45	0,00	0,00	31,40	23,55	124,00	93,00	0,45	0,34
	Хлеб "Рябиночка"	1/20	1/20	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	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			22,91	17,46	20,85	16,27	105,40	86,55	705,44	567,41	61,95	48,89
	<u>Полдник</u>												
697./04	Молоко кипяченое	180	150	4,64	3,87	5,30	4,42	6,79	5,66	93,40	77,83	1,19	0,99
	Итого			4,64	3,87	5,30	4,42	6,79	5,66	93,40	77,83	1,19	0,99
	<u>Ужин</u>												
ТТК-65	Морковь тертая с сахаром	50	40	0,60	0,60	0,06	0,060	6,96	6,96	30,00	30,00	2,88	2,88
367./04	Галушки из творога отварные с маслом	195/5	145/5	27,33	20,33	13,87	11,37	48,79	36,29	429,31	328,81	0,57	0,42
686./04	Чай с сахаром с лимоном	200/7		0,27	0,00	0,00	0,00	15,33	0,00	62,40	0,00	3,30	0,00
ТТК-475	Чай полусладкий		150	0,00	0,13	0,00	0,00	0,00	3,58	0,00	14,92	0,00	0,03
	Хлеб "Рябиночка"	1/20	1/20	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			29,80	22,66	14,33	11,83	81,08	56,83	575,71	427,73	6,75	3,33
	Итого за день			66,28	51,42	55,53	45,32	274,27	214,94	1865,32	1478,20	73,43	56,75

697./04	Молоко кипяченое	180	150	4,64	3,87	5,30	4,42	6,79	5,66	93,40	77,83	1,19	0,99
ТТК-385	Булочка «Огонек»	50	50	3,94	3,94	4,73	4,73	36,25	36,25	203,34	203,34	0,05	0,05
	Итого			8,58	7,81	10,03	9,15	43,04	41,91	296,74	281,17	1,24	1,04
	<u>Ужин</u>												
	Десерт фруктовый "Мандарин"	100	50	1,44	0,72	0,00	0,00	13,50	6,75	68,40	34,20	53,20	26,60
ТТК-730	Фрикад. рыбные "Капелька" с соус. томатн	50/50	50/30	7,80	7,80	6,40	6,40	7,85	7,85	100,67	100,67	4,48	4,48
520./04	Картофельное пюре	130	100	3,00	2,60	4,80	4,16	20,40	17,68	140,00	121,33	18,10	15,69
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,18	0,13	0,00	0,00	4,78	3,58	19,90	14,92	0,04	0,03
	Хлеб "Рябиношка"	1/20	1/20	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			14,02	12,85	11,60	10,96	56,53	45,86	382,97	325,12	75,82	46,80
	Итого за день			65,98	57,60	72,66	64,34	303,36	254,18	2118,25	1811,74	101,79	71,71
	ПЯТНИЦА 07.02												
	<u>Завтрак</u>												
2./04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10	20/5/5	2,93	2,93	6,05	6,05	10,40	10,40	107,77	107,77	0,14	0,14
311./04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	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	2,95	2,46	3,24	2,70	22,82	19,02	132,26	110,22	1,43	1,20
	Итого			8,98	7,79	14,29	12,55	54,32	45,42	380,03	325,79	1,57	1,34
	<u>2 завтрак</u>												
698./04	Простокваша	180	120	5,32	3,54	6,08	4,05	7,79	5,19	107,10	71,40	1,52	1,01
	Итого			5,32	3,54	6,08	4,05	7,79	5,19	107,10	71,40	1,52	1,01
	<u>Обед</u>												
ТТК-62	Салат из отварной свеклы	50	40	0,65	0,54	3,89	3,24	5,18	4,32	58,32	48,60	5,59	4,66
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем на мясокостном бульоне со сметаной	200/10	150/10	1,88	1,48	4,94	4,08	8,32	6,32	85,26	67,92	14,83	11,13
ТТК-819	Жаркое из мякоти птицы"	50/150	50/100	18,49	13,87	11,62	10,20	44,23	19,04	394,05	241,80	0,51	0,38
ТТК-315	Компот "Фруктовый" из кураги	200	150	1,20	0,90	0,00	0,00	31,60	23,70	126,00	94,50	0,00	0,00
	Хлеб "Рябиношка"	1/20	1/20	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	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			27,07	21,23	21,31	18,33	120,21	81,65	819,71	596,14	20,93	16,17
	<u>Полдник</u>												
697./04	Молоко кипяченое с печеньем сахарным в ассортименте	180/32	150/16	4,05	3,11	3,43	2,64	6,79	5,22	74,20	57,08	5,49	4,22
	Итого			4,05	3,11	3,43	2,64	6,79	5,22	74,20	57,08	5,49	4,22
	<u>Ужин</u>												
	Десерт фруктовый "Яблоко"	145	139	0,58	0,56	0,00	0,00	16,39	15,71	67,86	65,05	23,20	22,24
340/04	Омлет натуральный	53	53	5,57	5,57	7,15	7,15	0,75	0,75	90,20	90,20	0,15	0,15
510./04	Каша гречневая вязкая	150	130	3,90	3,00	5,85	4,50	19,29	14,84	145,73	112,10	0,00	0,00
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,18	0,13	0,00	0,00	4,78	3,58	19,90	14,92	0,04	0,03
	Хлеб "Рябиношка"	1/20	1/20	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			11,83	10,86	13,40	12,05	51,21	44,88	377,69	336,27	23,39	22,42
	Итого за день			57,25	46,53	58,51	49,62	240,32	182,36	1758,73	1386,68	52,90	45,16

	Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
	Белки		Жиры		Углеводы		сад	ясли	С	
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли			сад	ясли
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:	268,38	204,47	292,44	229,42	1360,3	1014,5	8842,9	6998,8	244,44	226,61
В среднем в день	53,68	40,89	58,49	45,88	272,06	202,90	1768,57	1399,75	48,89	45,32