

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 13 .01.20г по 17 .01.20г**

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				С	
№ рец.	<u>ПОНЕДЕЛЬНИК 13 /01</u>	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
	<u>Завтрак</u>												
3./04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5		3,71	0,00	6,48	0,00	15,47	0,00	135,05	0,00	0,15	0,00
1./04	Бутерброд с маслом	-	20/5	0,00	1,10	0,00	4,00	0,00	9,06	0,00	76,64	0,00	0,00
510./04	Каша пшеничная (вязкая) с сахаром	200	150	5,26	3,95	5,26	3,95	38,31	28,73	221,55	166,16	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
	<b>Итого</b>			<b>8,97</b>	<b>5,05</b>	<b>11,74</b>	<b>7,95</b>	<b>84,38</b>	<b>60,74</b>	<b>474,60</b>	<b>331,30</b>	<b>0,15</b>	<b>0,00</b>
	<u>2 Завтрак</u>												
707./04	Сок фруктовый разливной	160	130	0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	7,80	38,40	31,20	3,20	2,60
	<b>Итого</b>			<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>9,60</b>	<b>7,80</b>	<b>38,40</b>	<b>31,20</b>	<b>3,20</b>	<b>2,60</b>
	<u>Обед</u>												
ТГК-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 со сметаной	200/10	150/10	1,74	1,34	4,19	3,33	8,16	6,16	77,30	60,00	14,81	11,12
ТГК-650	Котлеты "Челнинские"	75	75	9,00	9,00	10,00	10,00	3,00	3,00	139,00	139,00	0,34	0,34
510./04	Каша гречневая вязкая	130	100	4,50	3,90	6,75	5,85	22,26	19,29	168,15	145,73	0,00	0,00
ТГК-317	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов	200	150	0,60	0,45	0,00	0,00	31,40	23,55	124,00	93,00	0,45	0,34
	Хлеб "Рябинushка"	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	2,27	1,82	0,45	0,36	17,58	14,07	83,43	66,79	0,00	0,00
	<b>Итого</b>			<b>20,36</b>	<b>18,65</b>	<b>25,68</b>	<b>23,18</b>	<b>97,58</b>	<b>80,39</b>	<b>704,20</b>	<b>607,12</b>	<b>21,19</b>	<b>16,46</b>
	<u>Полдник</u>												
697./04	Молоко кипяченое с печеньем сахарным в ассортименте	180/34		4,05	3,11	3,43	2,64	6,79	5,22	74,20	57,08	5,49	4,22
697./04	Молоко кипяченое		100	4,05	3,11	3,43	2,64	6,79	5,22	74,20	57,08	5,49	4,22
	<b>Итого</b>			<b>8,10</b>	<b>6,22</b>	<b>6,86</b>	<b>5,28</b>	<b>13,58</b>	<b>10,44</b>	<b>148,40</b>	<b>114,16</b>	<b>10,98</b>	<b>8,44</b>
	<u>Ужин</u>												
	Десерт фруктовый "Яблоко"	140	94	0,60	0,48	0,00	0,00	16,95	13,67	70,20	56,63	24,00	19,36
ТГК-734	Биточки рыбные "Морячка"	75	75	15,77	15,77	2,76	2,76	7,30	7,30	117,00	117,00	2,29	2,29
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
685/04	Чай с сахаром	200	150	0,20	0,15	0,00	0,00	15,00	11,25	58,00	43,50	0,10	0,08

	Хлеб "Рябинушка"	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			<b>21,17</b>	<b>20,60</b>	<b>7,96</b>	<b>7,32</b>	<b>69,65</b>	<b>59,90</b>	<b>439,20</b>	<b>392,46</b>	<b>44,49</b>	<b>37,41</b>
	Итого за день			<b>58,60</b>	<b>50,52</b>	<b>52,24</b>	<b>43,73</b>	<b>274,79</b>	<b>219,27</b>	<b>1804,80</b>	<b>1476,24</b>	<b>80,01</b>	<b>64,91</b>
	<b>ВТОРНИК 14 /01</b>												
	<u>Завтрак</u>												
2./04	Бутерброд с повидлом	30/5/10	30/5/10	2,93	2,93	6,05	6,05	10,40	10,40	107,77	107,77	0,14	0,14
311./04.	Каша молочная кукурузная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	8,30	6,23	8,95	7,30	27,04	20,28	200,65	150,55	1,50	1,13
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			<b>14,18</b>	<b>11,62</b>	<b>18,24</b>	<b>16,05</b>	<b>60,26</b>	<b>49,70</b>	<b>440,68</b>	<b>368,54</b>	<b>3,07</b>	<b>2,47</b>
	<u>2 Завтрак</u>												
707./04	Сок фруктовый разливной	170	130	0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	7,34	38,40	29,36	3,20	2,45
	Итого			<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>9,60</b>	<b>7,34</b>	<b>38,40</b>	<b>29,36</b>	<b>3,20</b>	<b>2,45</b>
	<u>Обед</u>												
71./04	Винегрет овощной	50	40	0,84	0,70	6,06	5,05	4,08	3,40	74,00	61,67	9,72	8,10
137./04	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/25	150/25	7,64	5,94	7,74	6,02	11,42	8,88	148,00	115,11	0,65	0,51
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/100	50/100	19,20	17,77	25,23	23,61	36,44	24,48	448,00	381,00	4,93	3,78
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 "Рябинушка"	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	2,27	1,82	0,45	0,36	17,58	14,07	83,43	66,79	0,00	0,00
	Итого			<b>32,75</b>	<b>28,73</b>	<b>39,88</b>	<b>35,44</b>	<b>111,12</b>	<b>84,53</b>	<b>933,43</b>	<b>773,07</b>	<b>15,30</b>	<b>12,39</b>
	<u>Полдник</u>												
697./04	Молоко кипяченое	180	100	4,05	3,11	3,43	2,64	6,79	5,22	74,20	57,08	5,49	4,22
	Итого			<b>4,05</b>	<b>3,11</b>	<b>3,43</b>	<b>2,64</b>	<b>6,79</b>	<b>5,22</b>	<b>74,20</b>	<b>57,08</b>	<b>5,49</b>	<b>4,22</b>
	<u>Ужин</u>												
39/10	Салат из моркови с яблоками и курагой	50	40	0,77	0,77	2,54	2,54	6,72	6,72	52,87	52,87	3,34	3,34
ТТК-1019	Сырники "Домашние" из творога с молоком сгущенным	150/10	100/15	25,57	17,38	12,96	8,76	33,12	22,46	351,86	238,21	0,83	0,60
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 "Рябинушка"	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			<b>28,12</b>	<b>19,88</b>	<b>15,90</b>	<b>11,70</b>	<b>54,62</b>	<b>42,76</b>	<b>478,63</b>	<b>360,00</b>	<b>4,21</b>	<b>3,97</b>
	Итого за день			<b>79,10</b>	<b>63,34</b>	<b>77,45</b>	<b>65,83</b>	<b>242,39</b>	<b>189,55</b>	<b>1965,34</b>	<b>1588,05</b>	<b>31,27</b>	<b>25,49</b>
	<b>СРЕДА 15/01</b>												
	<u>Завтрак</u>												
3./04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5		3,71	0,00	6,48	0,00	15,47	0,00	135,05	0,00	0,15	0,00
3./04	Бутерброд с сыром		20/5	0,00	3,68	0,00	2,36	0,00	15,42	0,00	97,62	0,00	0,15
161./04	Суп молочный с крупой "Геркулес"	200	150	4,38	3,29	7,66	5,75	12,21	9,16	123,66	92,75	1,00	0,75
ТТК-839	Напиток из цикория с молоком	180	150	2,85	2,34	2,41	2,00	14,36	10,63	91,00	70,00	1,17	0,98
	Итого			<b>10,94</b>	<b>9,31</b>	<b>16,55</b>	<b>10,11</b>	<b>42,04</b>	<b>35,21</b>	<b>349,71</b>	<b>260,37</b>	<b>2,32</b>	<b>1,88</b>
	<u>2 Завтрак</u>												
698./04	Кефир	130	100	4,35	3,91	4,97	4,47	6,37	5,73	87,56	78,80	1,12	1,01

	Итого			<b>4,35</b>	<b>3,91</b>	<b>4,97</b>	<b>4,47</b>	<b>6,37</b>	<b>5,73</b>	<b>87,56</b>	<b>78,80</b>	<b>1,12</b>	<b>1,01</b>
	<u>Обед</u>												
ГТК-41н.	Салат из белокочанной капусты с зеленью (укроп)	50	40	0,84	0,70	3,05	2,54	5,18	4,32	51,53	42,94	20,96	17,47
139./04	Суп с картофелем с бобовыми (горох) на мясокостном бульоне	200	150	4,96	3,72	4,48	3,36	17,84	13,38	131,52	98,64	4,60	3,45
ГТК-324	Котлеты "Крепыш"	75	50	8,25	8,25	13,50	13,50	6,00	6,00	178,00	178,00	0,00	0,00
516./04	Макароны отварные	150	100	5,33	4,62	4,79	4,15	38,40	33,28	218,05	188,98	0,00	0,00
ГТК-911	Напиток "Цитрусовый"	200	150	0,12	0,09	0,04	0,03	21,42	16,07	86,44	64,83	5,00	3,75
	Хлеб "Рябинушка"	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	2,27	1,82	0,45	0,36	17,58	14,07	83,43	66,79	0,00	0,00
	Итого			<b>23,37</b>	<b>20,80</b>	<b>26,71</b>	<b>24,34</b>	<b>116,42</b>	<b>97,12</b>	<b>802,97</b>	<b>694,18</b>	<b>30,56</b>	<b>24,67</b>
	<u>Полдник</u>												
697./04	Молоко кипяченое	180	100	4,05	3,11	3,43	2,64	6,79	5,22	74,20	57,08	5,49	4,22
ГТК-814	Булочка "Домашняя"	30	30	2,24	2,24	3,93	3,93	18,27	18,27	117,63	117,63	0,00	0,00
	Итого			<b>6,29</b>	<b>5,35</b>	<b>7,36</b>	<b>6,57</b>	<b>25,06</b>	<b>23,49</b>	<b>191,83</b>	<b>174,71</b>	<b>5,49</b>	<b>4,22</b>
	<u>Ужин</u>												
	Десерт фруктовый "Яблоко"	150	87	0,60	0,48	0,00	0,00	16,95	13,67	70,20	56,63	24,00	19,36
286/10	Тефтели с соусом	60/30	60/30	8,80	8,80	19,00	19,00	8,80	8,80	241,00	241,00	0,35	0,35
ГТК-402А	Пюре "Рыжик"	130	100	2,86	2,48	4,62	4,00	18,02	15,62	125,10	108,42	15,74	13,64
685./04	Чай с сахаром	200	150	0,20	0,15	0,00	0,00	15,00	11,25	58,00	43,50	0,10	0,08
	Хлеб "Рябинушка"	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			<b>14,06</b>	<b>13,51</b>	<b>24,02</b>	<b>23,40</b>	<b>68,77</b>	<b>59,34</b>	<b>548,30</b>	<b>503,55</b>	<b>40,19</b>	<b>33,43</b>
	Итого за день			<b>59,01</b>	<b>52,88</b>	<b>79,61</b>	<b>68,89</b>	<b>258,66</b>	<b>220,89</b>	<b>1980,37</b>	<b>1711,61</b>	<b>79,68</b>	<b>65,20</b>
	<b>ЧЕТВЕРГ 16/01</b>												
	<u>Завтрак</u>												
3./04	Бутерброд с сыром	30/10	-	3,71	0,00	6,48	0,00	15,47	0,00	135,05	0,00	0,15	0,00
1./04	Бутерброд с маслом	-	20/5	0,00	1,10	0,00	4,00	0,00	9,06	0,00	76,64	0,00	0,00
ГТК-301	Каша молочная "Дружба" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	10,46	7,91	7,99	6,04	30,16	22,80	261,83	197,97	1,68	1,27
630./96	Чай с сахаром с молоком	200	150	1,60	1,20	1,60	1,20	17,39	13,04	90,36	67,77	0,00	0,00
	Итого			<b>15,77</b>	<b>10,21</b>	<b>16,07</b>	<b>11,24</b>	<b>63,02</b>	<b>44,90</b>	<b>487,24</b>	<b>342,38</b>	<b>1,83</b>	<b>1,27</b>
	<u>2 Завтрак</u>												
707./04	Сок фруктовый разливной	170	130	0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	7,34	38,40	29,36	3,20	2,45
	Итого			<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>9,60</b>	<b>7,34</b>	<b>38,40</b>	<b>29,36</b>	<b>3,20</b>	<b>2,45</b>
	<u>Обед</u>												
ГТК-130	Салат "Метелка"	50	40	1,32	0,91	6,05	4,54	10,21	7,66	100,08	75,06	10,25	7,69
148./04	Суп - лапша по-домашнему с мясными фрикадельками	200/25	150/25	7,64	5,94	7,74	6,02	11,42	8,88	148,00	115,11	0,65	0,51
71 н	Шницель натуральный рубленный	75	75	12,14	12,14	8,96	8,96	9,40	9,40	166,80	166,80	24,50	24,50
510./04	Каша пшеничная вязкая	130	100	5,26	3,95	5,26	3,95	38,31	28,73	221,55	166,16	0,00	0,00
705./04	Напиток из плодов шиповника	200	150	0,40	0,30	0,00	0,00	23,60	17,70	94,00	70,50	100,00	75,00
	Хлеб "Рябинушка"	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	2,27	1,82	0,45	0,36	17,58	14,07	83,43	66,79	0,00	0,00
	Итого			<b>30,63</b>	<b>26,66</b>	<b>28,86</b>	<b>24,23</b>	<b>120,52</b>	<b>96,44</b>	<b>867,86</b>	<b>714,42</b>	<b>135,40</b>	<b>107,69</b>
	<u>Полдник</u>												
697./04	Молоко кипяченое с печеньем сахарным в ассортименте	180/34	130/17	3,43	3,43	6,79	6,79	74,20	74,20	0,44	0,44	5,49	5,49
	Итого			<b>3,43</b>	<b>3,43</b>	<b>6,79</b>	<b>6,79</b>	<b>74,20</b>	<b>74,20</b>	<b>0,44</b>	<b>0,44</b>	<b>5,49</b>	<b>5,49</b>
	<u>Ужин</u>												
	Десерт фруктовый "Мандарин"	80	80	0,72	0,72	0,00	0,00	6,75	6,75	34,20	34,20	26,60	26,60
ТТК-868	Пудинг "Творожный" с яблоками с соусом сметанным Сластина	150/50	100/50	20,86	14,10	21,40	14,72	25,76	18,50	379,18	262,98	2,076	1,42
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 "Рябинушка"	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			<b>23,36</b>	<b>16,55</b>	<b>21,80</b>	<b>15,12</b>	<b>47,29</b>	<b>38,83</b>	<b>487,28</b>	<b>366,10</b>	<b>28,72</b>	<b>28,05</b>
	Итого за день			<b>73,19</b>	<b>56,85</b>	<b>73,52</b>	<b>57,38</b>	<b>314,63</b>	<b>261,71</b>	<b>1881,22</b>	<b>1452,71</b>	<b>174,64</b>	<b>144,95</b>
	<b>ПЯТНИЦА 17 /01</b>												
	<u>Завтрак</u>												
2./04	Бургерброд 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			<b>8,98</b>	<b>7,79</b>	<b>14,29</b>	<b>12,55</b>	<b>54,32</b>	<b>45,42</b>	<b>380,03</b>	<b>325,79</b>	<b>1,57</b>	<b>1,34</b>
	<u>2 завтрак</u>												
698./04	Простокваша	130	100	4,87	3,99	5,57	4,56	7,14	5,84	98,18	80,33	1,39	1,14
	Итого			<b>4,87</b>	<b>3,99</b>	<b>5,57</b>	<b>4,56</b>	<b>7,14</b>	<b>5,84</b>	<b>98,18</b>	<b>80,33</b>	<b>1,39</b>	<b>1,14</b>
	<u>Обед</u>												
	Кукуруза консервированная порциями	15	10	0,72	0,48	0,05	0,03	1,64	1,09	9,84	6,56	1,56	1,04
110./04	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/10	1,74	1,34	4,91	3,87	10,64	8,02	93,71	72,27	8,21	6,16
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	50/30	7,28	7,28	5,44	5,44	6,17	6,17	83,07	83,07	3,59	3,59
520./04	Картофельное пюре	150	100	2,60	2,60	4,16	4,16	17,68	17,68	121,33	121,33	15,69	15,69
ТТК-315	Компот из вишни	200	150	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	1,60	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	2,27	1,82	0,45	0,36	17,58	14,07	83,43	66,79	0,00	0,00
	Итого			<b>16,61</b>	<b>15,42</b>	<b>15,41</b>	<b>14,26</b>	<b>91,11</b>	<b>77,53</b>	<b>556,58</b>	<b>487,22</b>	<b>29,05</b>	<b>26,48</b>
	<u>Полдник</u>												
697./04	Молоко кипяченое	150	100	4,05	3,11	3,43	2,64	6,79	5,22	74,20	57,08	5,49	4,22
	Итого			<b>4,05</b>	<b>3,11</b>	<b>3,43</b>	<b>2,64</b>	<b>6,79</b>	<b>5,22</b>	<b>74,20</b>	<b>57,08</b>	<b>5,49</b>	<b>4,22</b>
	<u>Ужин</u>												
ТТК-66	Салат "Солнышко"	50	40	0,40	0,40	2,50	2,50	3,50	3,50	40,00	40,00	3,46	3,46
ТТК-208/10.	Макароны, запеченные с яйцом с маслом	150/5	150/5	7,73	7,73	6,91	6,91	23,03	23,03	185,00	185,00	0,33	0,33
685/04	Чай с сахаром	200	150	0,20	0,15	0,00	0,00	15,00	11,25	58,00	43,50	0,10	0,08
	Хлеб "Рябинушка"	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			<b>9,93</b>	<b>9,88</b>	<b>9,81</b>	<b>9,81</b>	<b>51,53</b>	<b>47,78</b>	<b>337,00</b>	<b>322,50</b>	<b>3,89</b>	<b>3,87</b>

	Итого за день			44,44	40,19	48,51	43,82	210,89	181,79	1445,99	1272,92	41,39	37,05
--	---------------	--	--	-------	-------	-------	-------	--------	--------	---------	---------	-------	-------

	Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
	Белки		Жиры		Углеводы				С	
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:	255,3	191,8	331,3	250,7	1338,7	1033,2	8777,7	6788,5	266,99	234,60
В среднем в день	51,07	38,36	66,26	50,13	267,74	206,64	1755,54	1357,71	53,40	46,92