

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 16.03.2020 г по 20.03.2020 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				С	
№ рец.	<u>ПОНЕДЕЛЬНИК 16.03</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	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			<b>8,93</b>	<b>7,43</b>	<b>15,05</b>	<b>12,80</b>	<b>70,80</b>	<b>55,70</b>	<b>449,97</b>	<b>364,42</b>	<b>0,14</b>	<b>0,14</b>
	<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			<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>10,20</b>	<b>10,20</b>	<b>40,80</b>	<b>40,80</b>	<b>3,40</b>	<b>3,40</b>
	<u>Обед</u>												
45./04	Салат из квашеной капусты (без лука)	54	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-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 "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	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			<b>22,91</b>	<b>17,46</b>	<b>20,85</b>	<b>16,27</b>	<b>105,40</b>	<b>86,55</b>	<b>705,44</b>	<b>567,41</b>	<b>61,95</b>	<b>48,89</b>
	<u>Полдник</u>												
697./04	Молоко кипяченое	180	130	4,64	3,87	5,30	4,42	6,79	5,66	93,40	77,83	1,19	0,99
	Итого			<b>4,64</b>	<b>3,87</b>	<b>5,30</b>	<b>4,42</b>	<b>6,79</b>	<b>5,66</b>	<b>93,40</b>	<b>77,83</b>	<b>1,19</b>	<b>0,99</b>
	<u>Ужин</u>												
	Десерт фруктовый "Яблоко"	142	138	0,57	0,55	0,00	0,00	16,05	15,59	66,46	64,58	22,72	22,08
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
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>29,68</b>	<b>22,61</b>	<b>14,27</b>	<b>11,77</b>	<b>79,62</b>	<b>65,46</b>	<b>569,67</b>	<b>462,31</b>	<b>23,33</b>	<b>22,53</b>
	Итого за день			<b>66,16</b>	<b>51,37</b>	<b>55,47</b>	<b>45,26</b>	<b>272,81</b>	<b>223,57</b>	<b>1859,28</b>	<b>1512,78</b>	<b>90,01</b>	<b>75,95</b>

	<b>ВТОРНИК 17.03</b>												
	<u>Завтрак</u>												
2./04	Бутерброд с повидлом	30/10/5	30/10/5	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	Кефир	160	100	3,91	3,91	4,47	4,47	5,73	5,73	78,80	78,80	1,01	1,01
	Итого			<b>3,91</b>	<b>3,91</b>	<b>4,47</b>	<b>4,47</b>	<b>5,73</b>	<b>5,73</b>	<b>78,80</b>	<b>78,80</b>	<b>1,01</b>	<b>1,01</b>
	<u>Обед</u>												
ТТК-92н	Винегрет "Дары осени" (без лука)	45	36	6,20	4,96	3,54	2,83	0,68	0,54	50,27	40,22	7,55	6,04
134/04	Суп "Крестьянский" с пшеном с мясными фрикадельками со сметаной	200/25/10	150/25/5	2,08	1,56	4,24	3,18	11,44	8,58	92,80	69,60	7,00	5,25
ТТК-653к	Зразы мясные "Любимые" с сыром	75	75	6,60	6,60	9,00	9,00	1,80	1,80	115,00	115,00	0,35	0,35
ТТК-446	Пюре "Янтарное"	130	100	31,75	31,75	9,02	9,02	60,74	60,74	434,23	434,23	0,00	0,00
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	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			<b>52,68</b>	<b>50,21</b>	<b>26,66</b>	<b>24,84</b>	<b>137,14</b>	<b>123,63</b>	<b>974,38</b>	<b>896,87</b>	<b>14,90</b>	<b>11,64</b>
	<u>Полдник</u>												
697./04	Молоко кипяченое с печеньем сахарным в ассортименте	180/15	150/15	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>												
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
516./04	Макароны отварные	130	100	5,72	4,96	5,08	4,40	31,15	27,00	193,50	167,70	0,00	0,00
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>13,09</b>	<b>12,28</b>	<b>12,63</b>	<b>11,95</b>	<b>56,90</b>	<b>49,00</b>	<b>395,70</b>	<b>355,40</b>	<b>0,25</b>	<b>0,23</b>
	Итого за день			<b>82,71</b>	<b>77,30</b>	<b>61,48</b>	<b>56,45</b>	<b>260,88</b>	<b>229,00</b>	<b>1903,11</b>	<b>1713,94</b>	<b>23,22</b>	<b>18,44</b>
	<b>СРЕДА 18.03</b>												
	<u>Завтрак</u>												
2./04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10		2,93	0,00	6,05	0,00	10,40	0,00	107,77	0,00	0,14	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
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
630./96	Чай с сахаром с молоком	200	150	1,25	0,94	17,51	13,14	88,01	66,00	0,16	0,12	0,00	0,00
	Итого			<b>12,48</b>	<b>10,85</b>	<b>32,51</b>	<b>22,80</b>	<b>125,45</b>	<b>101,70</b>	<b>308,58</b>	<b>248,29</b>	<b>1,64</b>	<b>1,28</b>
	<u>2 Завтрак</u>												
707./04	Напиток сыровоточный с соком ананаса	150	100	0,00	0,00	0,00	0,00	12,48	9,60	49,92	38,40	0,00	0,00
	Итого			<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>12,48</b>	<b>9,60</b>	<b>49,92</b>	<b>38,40</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
	<u>Обед</u>												
	Горошек зеленый консервированный	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	150/5	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
510./04	Каша перловая вязкая	130	100	2,67	2,05	3,46	2,66	18,97	14,59	117,65	90,50	0,00	0,00
ТТК-315	Компот "Фруктовый" из изюма	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	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			<b>17,66</b>	<b>15,89</b>	<b>14,72</b>	<b>12,81</b>	<b>95,70</b>	<b>78,64</b>	<b>571,55</b>	<b>478,92</b>	<b>13,36</b>	<b>10,79</b>
	<u>Полдник</u>												
697./04	Молоко кипяченое	180	130	4,64	3,87	5,30	4,42	6,79	5,66	93,40	77,83	1,19	0,99
	Итого			<b>4,64</b>	<b>3,87</b>	<b>5,30</b>	<b>4,42</b>	<b>6,79</b>	<b>5,66</b>	<b>93,40</b>	<b>77,83</b>	<b>1,19</b>	<b>0,99</b>
	<u>Ужин</u>												
	Десерт фруктовый "Апельсин"	125	117	0,99	0,99	0,00	0,00	9,24	9,24	40,92	40,92	66,00	66,00
ТТК-966 к	Запеканка из творога «Гулливвер» со сгущенным молоком	150/10	100/15	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	0,18	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>30,10</b>	<b>23,05</b>	<b>14,27</b>	<b>11,77</b>	<b>72,81</b>	<b>59,11</b>	<b>544,13</b>	<b>438,65</b>	<b>66,61</b>	<b>66,45</b>
	Итого за день			<b>64,88</b>	<b>53,66</b>	<b>66,80</b>	<b>51,79</b>	<b>313,23</b>	<b>254,71</b>	<b>1567,58</b>	<b>1282,09</b>	<b>82,80</b>	<b>79,51</b>
	<b>ЧЕТВЕРГ 19.03</b>												
	<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
ТТК-180	Каша молочная пшеничная с яблоками (вязкая) с маслом	200/3	150/3	9,45	7,09	15,67	12,37	44,30	33,23	342,80	262,74	1,65	1,24
395/10	Кофейный напиток 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>15,23</b>	<b>12,36</b>	<b>24,13</b>	<b>20,42</b>	<b>69,06</b>	<b>54,26</b>	<b>541,57</b>	<b>440,51</b>	<b>2,96</b>	<b>2,36</b>
	<u>2 Завтрак</u>												
707./04	Сок фруктовый разливной	170	130	0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	9,60	38,40	38,40	3,20	3,20
	Итого			<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>9,60</b>	<b>9,60</b>	<b>38,40</b>	<b>38,40</b>	<b>3,20</b>	<b>3,20</b>
	<u>Обед</u>												
612/04	Маринад овощной	50	40	0,48	0,40	6,00	5,00	5,76	4,80	78,96	65,80	3,07	2,56
148./04	Суп -лапша по-домашнему с мякотью птицы	200/15	150/15	7,64	5,94	7,74	6,02	11,42	8,88	148,00	115,11	0,65	0,51
ТТК-131	Зразы "Школьные"	60	60	9,10	9,10	10,50	10,50	8,80	8,80	166,00	166,00	0,00	0,00
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
ТТК-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 "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	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			<b>27,93</b>	<b>24,28</b>	<b>30,36</b>	<b>26,28</b>	<b>126,57</b>	<b>103,03</b>	<b>894,59</b>	<b>749,39</b>	<b>4,17</b>	<b>3,40</b>
	<u>Полдник</u>												
697./04	Молоко кипяченое	180	130	4,64	3,87	5,30	4,42	6,79	5,66	93,40	77,83	1,19	0,99
733/04	Оладьи	50	50	3,04	3,04	2,19	2,19	19,54	19,54	110,10	110,10	0,00	0,00
	Итого			<b>7,68</b>	<b>6,91</b>	<b>7,49</b>	<b>6,61</b>	<b>26,33</b>	<b>25,20</b>	<b>203,50</b>	<b>187,93</b>	<b>1,19</b>	<b>0,99</b>

	<u>Ужин</u>												
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	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
686./04	Чай с сахаром с лимоном	200/7	150/7	0,27	0,00	0,00	0,00	15,33	0,00	62,40	0,00	3,30	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
	Итого			<b>12,67</b>	<b>12,00</b>	<b>11,60</b>	<b>10,96</b>	<b>53,58</b>	<b>35,53</b>	<b>357,07</b>	<b>276,00</b>	<b>25,88</b>	<b>20,17</b>
	Итого за день			<b>63,51</b>	<b>55,55</b>	<b>73,58</b>	<b>64,26</b>	<b>285,14</b>	<b>227,62</b>	<b>2035,13</b>	<b>1692,24</b>	<b>37,40</b>	<b>30,11</b>
	<u>ПЯТНИЦА 20.03</u>												
	<u>Завтрак</u>												
2./04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10		2,93	0,00	6,05	0,00	10,40	0,00	107,77	0,00	0,14	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
337./04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	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	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	2,95	2,46	3,24	2,70	22,82	19,02	132,26	110,22	1,43	1,20
	Итого			<b>16,74</b>	<b>15,56</b>	<b>20,53</b>	<b>14,64</b>	<b>52,80</b>	<b>49,20</b>	<b>463,03</b>	<b>390,84</b>	<b>2,47</b>	<b>2,02</b>
	<u>2 завтрак</u>												
698./04	Простокваша	150	100	5,32	3,54	6,08	4,05	7,79	5,19	107,10	71,40	1,52	1,01
	Итого			<b>5,32</b>	<b>3,54</b>	<b>6,08</b>	<b>4,05</b>	<b>7,79</b>	<b>5,19</b>	<b>107,10</b>	<b>71,40</b>	<b>1,52</b>	<b>1,01</b>
	<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 со сметаной	200/5	150/5	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 "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	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			<b>27,07</b>	<b>21,23</b>	<b>21,31</b>	<b>18,33</b>	<b>120,21</b>	<b>81,65</b>	<b>819,71</b>	<b>596,14</b>	<b>20,93</b>	<b>16,17</b>
	<u>Полдник</u>												
697./04	Молоко кипяченое с печеньем сахарным в ассортименте	180/30	150/15	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>												
	Десерт фруктовый "Яблоко"	140	80	0,56	0,32	0,00	0,00	15,82	9,04	65,52	37,44	22,40	12,80
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
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 "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>15,04</b>	<b>13,85</b>	<b>25,25</b>	<b>23,90</b>	<b>58,69</b>	<b>46,26</b>	<b>526,15</b>	<b>459,46</b>	<b>22,79</b>	<b>13,18</b>
	Итого за день			<b>68,22</b>	<b>57,29</b>	<b>76,60</b>	<b>63,56</b>	<b>246,28</b>	<b>187,52</b>	<b>1990,19</b>	<b>1574,92</b>	<b>53,20</b>	<b>36,60</b>

	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:	258,48	203,17	303,92	232,32	1328,3	982,4	8785,3	6876,0	281,63	240,61
В среднем в день	51,70	40,63	60,78	46,46	265,67	196,48	1757,06	1375,19	56,33	48,12