

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 18.05.2020г по 22.05.2020г

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 18/05</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		2,93	0,00	6,05	0,00	10,40	0,00	107,77	0,00	0,14	0,00
2./04	Бутерброд с маслом		20/5	0,00	1,51	0,00	4,71	0,00	10,33	0,00	89,69	0,00	0,00
510./04	Каша гречневая вязкая	200	150	4,50	3,90	6,75	5,85	22,26	19,29	168,15	145,73	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			7,43	5,41	12,80	10,56	63,26	52,57	393,92	323,92	0,14	0,00
	<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			0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	7,34	38,40	29,36	3,20	2,45
	<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	200/10	150/5	1,74	1,34	4,19	3,33	8,16	6,16	77,30	60,00	14,81	11,12
ТТК-739	Котлеты "Татарские"	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 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 "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
	Итого			21,12	18,70	24,19	21,28	113,63	89,83	757,60	627,55	21,19	16,46
	<u>Полдник</u>												
697./04	Молоко кипяченое с печеньем сахарным в ассортименте	180/32	150/32	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>												
ТТК-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 "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
	Итого			20,57	20,12	7,96	7,32	52,70	46,23	369,00	335,83	20,49	18,05
	Итого за день			53,17	47,34	48,38	41,80	245,98	201,19	1633,12	1373,75	50,51	41,17

	ВТОРНИК 19 /05												
	<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
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
160./04	Суп молочный с макаронными изделиями	200	150	5,60	4,20	5,20	3,90	18,80	14,10	144,40	108,30	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			16,58	14,69	19,09	17,25	52,32	43,82	447,43	389,29	2,47	2,01
	<u>2 Завтрак</u>												
707./04	Сок фруктовый разливной	170	150	0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	7,34	38,40	29,36	3,20	2,45
	Итого			0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	7,34	38,40	29,36	3,20	2,45
	<u>Обед</u>												
ТТК-92н	Винегрет "Дары осени" (без лука)	54	40	6,20	4,96	3,54	2,83	0,68	0,54	50,27	40,22	7,55	6,04
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-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе (на грудках)	50/50	25/25	18,60	18,60	4,40	4,40	3,34	3,34	127,30	127,30	0,65	0,65
510./04	Каша рисовая вязкая	130	100	1,95	1,95	5,07	5,07	19,89	19,89	132,99	132,99	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	2,27	1,82	0,45	0,36	17,58	14,07	83,43	66,79	0,00	0,00
	Итого			38,66	35,17	21,60	19,08	90,31	77,23	707,19	619,61	8,85	7,20
	<u>Полдник</u>												
697./04	Молоко кипяченое	180	150	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"	134	86	0,56	0,54	0,00	0,00	15,93	15,14	65,99	62,71	22,56	21,44
ТТК-341	Запеканка "Сладкоежка" с соусом молочным сладким	150/20	100/50	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	0,18	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			25,23	17,53	15,97	10,78	71,77	56,09	535,89	395,63	23,37	21,98
	Итого за день			84,52	70,50	60,09	49,75	230,79	189,70	1803,11	1490,97	43,38	37,85
	СРЕДА 20/05												
	<u>Завтрак</u>												
3./04	Бутерброд с сыром	30/10	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
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			11,15	12,25	11,36	11,66	41,40	46,33	291,65	318,17	2,67	2,26
	<u>2 Завтрак</u>												
698./04	Кефир	150	100	4,35	2,56	4,97	2,92	6,37	3,75	87,56	51,51	1,12	0,66
	Итого			4,35	2,56	4,97	2,92	6,37	3,75	87,56	51,51	1,12	0,66
	<u>Обед</u>												
78./04	Икра морковная	50	40	1,32	1,10	4,56	3,80	6,84	5,70	76,80	64,00	7,68	6,40
139./04	Суп с картофелем с бобовыми (горох)	200	150	4,96	3,72	4,48	3,36	17,84	13,38	131,52	98,64	4,60	3,45

ТТК-227	Биточки "Рябушка"	75	75	1,58	1,06	4,58	2,78	1,37	0,92	53,07	32,92	0,02	0,14
216./04	Картофель тушеный	130	100	2,93	2,25	3,63	2,79	25,27	19,44	134,65	103,58	12,44	9,57
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	2,27	1,82	0,45	0,36	17,58	14,07	83,43	66,79	0,00	0,00
	Итого			15,86	12,45	18,10	13,49	110,50	87,21	659,47	514,43	24,74	19,56
	<u>Полдник</u>												
697./04	Молоко кипяченое	180	150	4,05	3,11	3,43	2,64	6,79	5,22	74,20	57,08	5,49	4,22
ТТК-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			6,29	5,35	7,36	6,57	25,06	23,49	191,83	174,71	5,49	4,22
	<u>Ужин</u>												
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 перловая вязкая	130	100	2,67	2,05	3,46	2,66	18,97	14,59	117,65	90,50	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 "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			13,27	12,60	22,86	22,06	52,77	44,64	470,65	429,00	0,45	0,43
	Итого за день			50,92	45,22	64,65	56,71	236,10	205,42	1701,16	1487,81	34,47	27,12
	ЧЕТВЕРГ 21/05												
	<u>Завтрак</u>												
2./04	Бутерброд с маслом		20/5	0,00	1,51	0,00	4,71	0,00	10,33	0,00	89,69	0,00	0,00
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
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	6,86	5,14	6,29	4,25	23,14	17,35	226,87	166,40	0,00	0,00
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			11,39	7,85	13,94	10,16	50,93	40,72	425,00	323,86	0,14	0,00
	<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			0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	7,34	38,40	29,36	3,20	2,45
	<u>Обед</u>												
ТТК-1025	Салат "Радужный"	50	40	3,89	2,59	9,21	6,14	81,26	54,17	0,04	0,03	13,18	9,89
148./04	Суп -лапша домашняя 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
433/04	Мясо тушеное	50/50	50/50	8,25	5,50	13,50	9,00	6,00	4,00	178,00	118,67	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 "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	2,27	1,82	0,45	0,36	17,58	14,07	83,43	66,79	0,00	0,00
	Итого			29,51	21,86	36,56	25,87	195,97	143,41	809,02	613,76	14,28	10,73
	<u>Полдник</u>												
697./04	Молоко кипяченое	180	130	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"	138	86	0,56	0,55	0,00	0,00	15,93	15,59	65,99	64,59	22,56	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 "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			29,67	22,61	14,27	11,77	79,50	65,46	569,20	462,32	23,17	22,53
	Итого за день			74,62	55,42	68,20	50,44	342,79	262,15	1915,82	1486,38	46,28	39,93
	ПЯТНИЦА 22 /05												
	<u>Завтрак</u>												
3./04	Бутерброд с сыром	30/10	20/5	3,68	3,68	2,36	2,36	15,42	15,42	97,62	97,62	0,15	0,15
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			9,73	8,54	10,60	8,86	59,34	50,44	369,88	315,64	1,58	1,35
	<u>2 завтрак</u>												
698./04	Простокваша	150	100	4,87	3,99	5,57	4,56	7,14	5,84	98,18	80,33	1,39	1,14
	Итого			4,87	3,99	5,57	4,56	7,14	5,84	98,18	80,33	1,39	1,14
	<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
520./04	Картофельное пюре	130	100	2,60	2,60	4,16	4,16	17,68	17,68	121,33	121,33	15,69	15,69
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 "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	2,27	1,82	0,45	0,36	17,58	14,07	83,43	66,79	0,00	0,00
	Итого			16,61	15,42	15,41	14,26	91,11	77,53	556,58	487,22	29,05	26,48
	<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>												
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 "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			9,53	9,48	7,31	7,31	48,03	44,28	297,00	282,50	0,43	0,41
	Итого за день			44,79	40,54	42,32	37,63	212,41	183,31	1395,84	1222,77	37,94	33,60

	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:	259,0	207,0	298,6	227,3	1328,0	1021,8	8594,1	6748,7	241,58	221,67
В среднем в день	51,80	41,40	59,73	45,47	265,59	204,35	1718,81	1349,74	48,32	44,33