

11 группа: сады № 28, 30, 34, 40, 50, 51, 52, 54, 69, 70, 93, 103, 110

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

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

17 группа: сады № 41, 44, 53, 61, 78, 80, 83, 94, 98, 104, 111, 114, 123

18 группа: сады № 8, 9, 16, 27, 62, 65, 66, 82, 86, 108, 109, 118, 121

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ С 8.02.2021г по 12.02.2021г

121,91 руб./день - сад

96,79 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 08/02</u>	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
	<u>Завтрак</u>												
2./04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	3,70	2,96	6,45	6,16	16,96	11,81	140,66	114,53	0,17	0,17
516./04	Макароны отварные	180	150	4,62	3,56	4,15	3,19	33,28	25,60	188,98	145,37	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			8,32	6,52	10,60	9,35	80,84	60,36	447,64	348,40	0,17	0,17
	<u>2 Завтрак</u>												
707./04	Сок фруктовый разливной	170	160	0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	9,60	38,40	38,40	3,20	3,20
	Итого			0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	9,60	38,40	38,40	3,20	3,20
	<u>Обед</u>												
ТТК-62	Салат из отварной свеклы	50	40	0,84	0,67	5,00	4,00	5,35	4,28	69,72	55,77	6,19	4,95
131/04	Рассольник "Домашний" со сметаной	200/5	150/5	7,16	6,72	6,70	5,80	10,46	7,92	132,00	112,00	9,70	7,34
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	25/100	19,20	17,77	25,23	23,61	36,44	24,48	448,00	381,00	4,93	3,78
ТТК-317	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов (полусладкий)	200	150	0,35	0,26	0,00	0,00	24,81	18,61	100,62	75,47	0,75	0,56
	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			31,42	28,84	37,78	34,17	104,64	79,36	887,77	745,03	21,57	16,63
	<u>Полдник</u>												
697./04	Молоко кипяченое с печеньем сахарным в ассортименте	160/13	120/13	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-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	Пюре картофельное	130	110	4,68	4,06	5,12	4,44	40,14	34,79	225,37	195,32	40,45	35,06
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			14,28	13,61	11,92	11,24	72,99	63,89	438,04	393,49	45,03	39,62

	Итого за день			58,07	52,08	63,73	57,40	274,86	218,43	1886,05	1582,40	75,46	63,84
	ВТОРНИК 09/02												
	<u>Завтрак</u>												
2./04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5		3,70	0,00	6,45	0,00	16,96	0,00	140,66	0,00	0,17	0,00
3./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
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 крупой геркулес	200	150	5,76	4,32	6,64	4,98	19,28	14,46	160,00	120,00	0,90	0,67
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			16,16	12,13	19,29	15,49	53,93	38,13	454,02	340,46	1,07	0,67
	<u>2 Завтрак</u>												
698./04	Ацидофилин	150	130	4,20	3,92	3,75	3,50	6,00	5,60	313,50	292,60	0,00	0,00
	Итого			4,20	3,92	3,75	3,50	6,00	5,60	313,50	292,60	0,00	0,00
	<u>Обед</u>												
43./04	Салат из свежей капусты	50	40	1,07	0,85	2,55	2,04	12,65	10,12	77,83	62,26	10,17	8,14
147./04	Суп с макаронными изделиями 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
ТТК-446	Пюре "Янтарное"	130	110	14,68	11,29	4,52	3,48	36,80	28,31	246,56	189,66	0,00	0,00
ТТК-623	Компот полусладкий 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			36,76	30,90	26,16	22,80	124,65	100,68	887,02	737,02	10,82	8,65
	<u>Полдник</u>												
697./04	Молоко кипяченое	160	120	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"	97	87	0,46	0,28	0,00	0,00	13,00	7,91	53,82	32,76	18,40	11,20
ТТК-341	Запеканка "Сладкоежка" с соусом сметанным "Сластена"	150/20	100/15	22,15	15,16	11,01	7,77	29,85	20,53	306,71	212,24	0,86	0,62
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			24,39	17,17	11,41	8,17	57,63	42,02	434,43	313,92	19,30	11,85
	Итого за день			85,56	67,23	64,04	52,60	249,00	191,65	2163,17	1741,08	36,68	25,39
	СРЕДА 10/02												
	<u>Завтрак</u>												
2./04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	3,70	2,96	6,45	6,16	16,96	11,81	140,66	114,53	0,17	0,17
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
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			9,65	7,70	13,86	11,96	52,42	38,44	371,66	292,33	1,34	1,15
	<u>2 Завтрак</u>												
707./04	Сок фруктовый разливной	170	160	0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	9,60	38,40	38,40	3,20	3,20
	Итого			0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	9,60	38,40	38,40	3,20	3,20
	<u>Обед</u>												
	Огурец соленый порционный	15	10	1,32	1,10	4,56	3,80	6,84	5,70	76,80	64,00	7,68	6,40

110./04	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	150/5	1,74	1,34	4,91	3,87	10,64	8,02	93,71	72,27	8,21	6,16
ТТК-650	Котлеты "Татарские"	75	50	9,00	9,00	10,00	10,00	3,00	3,00	139,00	139,00	0,34	0,34
510/04	Каша ячневая вязкая	130	110	2,80	2,15	5,20	4,00	18,46	14,20	131,56	101,20	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 "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			19,93	17,91	25,52	22,43	98,12	78,69	704,50	591,76	16,23	12,90
	<u>Полдник</u>												
697./04	Молоко кипяченое	160	120	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>												
	Десерт фруктовый "Мандарин"	60	60	1,89	1,89	0,00	0,00	37,04	37,04	164,98	164,98	12,60	12,60
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	130	110	4,50	3,90	6,75	5,85	22,26	19,29	168,15	145,73	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 "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			16,99	16,34	26,15	25,25	93,10	86,38	686,13	649,21	13,05	13,03
	Итого за день			52,86	47,30	72,89	66,21	278,30	236,60	1992,52	1746,41	39,31	34,49
	ЧЕТВЕРГ 11/02												
	<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 кукурузная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	2,99	2,25	4,99	4,36	11,00	8,26	100,94	81,32	4,03	3,02
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			8,87	7,64	14,28	13,11	44,22	37,68	340,97	299,31	5,60	4,36
	<u>2 Завтрак</u>												
707./04	Сок фруктовый разливной	160	160	0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	9,60	38,40	38,40	3,20	3,20
	Итого			0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	9,60	38,40	38,40	3,20	3,20
	<u>Обед</u>												
ТТК-92н	Винегрет "Дары осени"	50	40	6,20	4,96	3,54	2,83	0,68	0,54	50,27	40,22	7,55	6,04
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем с мясными фрикадельками со сметаной	200/25/5	150/25/5	1,74	1,34	4,19	3,33	8,16	6,16	77,30	60,00	14,81	11,12
ТТК-992	Мясо "Нежное" в соусе	50/50	25/25	10,50	10,50	11,24	11,24	3,70	3,70	159,00	159,00	1,29	1,29
520./04	Пюре картофельное	130	110	2,60	2,60	4,16	4,16	17,68	17,68	121,33	121,33	15,69	15,69
ТТК-317	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов (полусладкий)	200	150	0,35	0,26	0,00	0,00	24,81	18,61	100,62	75,47	0,75	0,56
	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			25,26	23,08	23,98	22,32	82,61	70,76	645,95	576,80	40,09	34,70
	<u>Полдник</u>												
697./04	Молоко кипяченое	160	120	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-65	Морковь тертая с сахаром	50	40	0,74	0,59	0,06	0,05	8,98	7,18	39,39	31,51	2,85	2,28
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			29,85	22,65	14,33	11,82	72,55	57,05	542,60	429,24	3,46	2,73
	Итого за день			68,03	56,48	56,02	49,89	215,77	180,31	1642,12	1400,83	57,84	49,21
	ПЯТНИЦА 12/02												
	<u>Завтрак</u>												
2./04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	3,70	2,96	6,45	6,16	16,96	11,81	140,66	114,53	0,17	0,17
302/04	Каша молочная пшеница с маслом	200/3	150/3	4,42	3,32	3,68	3,38	37,42	28,07	203,60	158,10	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			9,72	7,48	11,73	10,74	71,77	52,92	434,62	340,40	0,17	0,17
	<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>												
45./04	Салат из квашеной капусты	50	40	0,42	0,42	1,88	1,88	3,01	3,01	30,54	30,54	9,05	9,05
ТТК-425	Суп "Гречишное зёрнышко"	200	150	2,81	2,11	2,17	1,63	20,80	15,60	113,95	85,46	16,46	12,34
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/30	50/30	7,28	7,28	5,44	5,44	6,17	6,17	83,07	83,07	3,59	3,59
516./04	Макароны отварные	130	110	5,72	4,96	5,08	4,40	31,15	27,00	193,50	167,70	0,00	0,00
ТТК-315	Компот полусладкий 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			20,50	18,49	15,42	14,11	116,11	96,35	669,69	570,76	29,10	24,98
	<u>Полдник</u>												
697./04	Молоко кипяченое с печеньем сахарным в ассортименте	160/26	120/13	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 "Апельсин"	100	100	0,46	0,28	0,00	0,00	13,00	7,91	53,82	32,76	18,40	11,20
151/10	Картофель запеченный в сметанном соусе	150	150	4,30	3,60	7,80	6,10	23,30	19,36	176,40	147,00	5,16	4,30
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			6,56	5,63	8,20	6,50	61,30	48,52	342,22	277,26	23,66	15,58
	Итого за день			45,70	38,70	44,35	38,55	263,11	208,85	1618,91	1325,83	59,81	46,09

	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:	274,2	213,8	301,0	239,6	1302,7	1015,8	9427,8	7323,5	254,10	225,01
В среднем в день	54,84	42,76	60,21	47,93	260,55	203,17	1885,55	1464,71	50,82	45,00