

2,4 группа

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

УТВЕРЖДАЮ:

Главный специалист отдела  
дошкольного образования



Фатхуллина Г. А.

**ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ С 09.08.2021г. ПО 13.08.2021 г.**

Стоимость : Для Дет. сад 121,91руб./день; Для Ясли 96,79руб./день;

№ рец	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, гр		Пищевые вещества (гр)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)										
		Дет. сад	Ясли	Белки		Жиры		Углеводы		Дет. сад	Ясли	С										
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли			Дет. сад	Ясли									
<b>Пн, 09 августа 21</b>													52,17	36,87	53,99	44,73	214,07	175,01	1 550,96	1 250,24	71,51	56,34
<b>Завтрак</b>													10,84	7,69	13,57	10,90	66,77	51,29	432,61	334,07	1,04	0,76
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10	20/5/5	5,19	3,00	7,24	5,62	15,49	10,35	147,90	104,00	0,08	0,04									
510/04	Каша гречневая вязкая	180	150	5,55	4,62	6,33	5,28	29,80	24,83	198,41	165,34											
ТТК №-272н	Кисель из концентрата полусладкий	200	150	0,10	0,07			21,48	16,11	86,30	64,73	0,96	0,72									
<b>Второй завтрак</b>													0,08	0,07			15,15	13,13	60,90	52,78	3,00	2,60
707/04	Сок фруктовый разливной	150	130	0,08	0,07			15,15	13,13	60,90	52,78	3,00	2,60									
<b>Обед</b>													16,77	15,53	20,99	18,80	63,27	53,53	509,20	445,56	58,65	47,25
ттк-996	Салат "Бобовое зёрнышко"	50	40	1,71	1,37	2,64	2,11	7,07	5,66	58,92	47,14	4,83	3,86									
134/04	Суп крестьянский со сметаной	200/5	150/5	1,72	1,33	4,96	3,91	7,48	5,67	81,45	63,18	24,48	18,38									
ТТК-131	Зразы "Школьные"	60	60	8,87	8,87	9,24	9,24	8,57	8,57	152,97	152,97	1,24	1,24									
520/04	Пюре картофельное	130	110	2,45	2,07	3,95	3,34	10,78	9,12	88,48	74,87	28,07	23,75									
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02									
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46											
	Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43																			
<b>Полдник</b>													7,20	5,95	8,30	7,25	27,69	25,60	214,22	191,39	6,75	5,06
697/04	Молоко кипяченое	160	120	4,98	3,73	4,22	3,17	8,36	6,27	91,32	68,49	6,75	5,06									
ТТК-814	Булочка домашняя	30	30	2,22	2,22	4,08	4,08	19,33	19,33	122,90	122,90											
<b>Ужин</b>													17,28	7,63	11,13	7,78	41,19	31,46	334,03	226,44	2,07	0,67
ТТК-1026	Биточки рыбные "Морячка"	75	50	13,56	4,42	7,37	4,85	6,28	2,42	145,68	71,01	1,97	0,59									
510/04	Каша рисовая вязкая	130	100	2,00	1,54	3,58	2,75	19,91	15,31	119,85	92,19											
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,20	0,15			5,06	3,79	21,04	15,78	0,10	0,08									
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46											
<b>Вт, 10 августа 21</b>													68,64	54,32	61,45	52,07	226,12	178,28	1 732,09	1 398,91	60,82	51,28
<b>Завтрак</b>													13,94	10,91	11,83	10,03	61,65	46,27	408,84	318,90	7,89	6,24
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	3,68	2,95	2,24	2,00	15,42	10,28	96,59	70,90	0,04	0,04									
311/2004	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	7,17	5,38	7,02	5,89	30,49	22,88	213,86	166,01	4,22	3,17									
ттк №198н	Какао с молоком полусладкий	180	150	3,09	2,58	2,57	2,14	15,74	13,11	98,39	81,99	3,63	3,03									
<b>Второй завтрак</b>													4,54	3,93	4,05	3,51	6,48	5,62	80,51	69,78	1,30	1,12
698/04	Ацидофилин	150	130	4,54	3,93	4,05	3,51	6,48	5,62	80,51	69,78	1,30	1,12									
<b>Обед</b>													19,29	17,70	27,20	25,29	70,47	57,86	603,87	529,83	29,54	24,21
	Салат "Зайка"	50	40	0,55	0,44	2,62	2,09	5,19	4,15	46,52	37,22	24,86	19,89									
148/2004	Суп лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	8,05	7,50	7,18	6,67	11,12	8,34	141,33	123,35	2,19	1,83									
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/30	50/30	5,14	5,14	13,42	13,42	7,45	7,45	171,13	171,13	2,49	2,49									

510/04	Каша пшеничная вязкая	130	100	4,03	3,10	3,80	2,93	21,10	16,23	134,75	103,66		
ТТК - 623	Компот полусладкий из изюма	200	150					15,67	11,75	62,68	47,01		
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43										
<b>Полдник</b>													
697/04	Молоко кипяченое	160	120	4,98	3,73	4,22	3,17	8,36	6,27	91,32	68,49	6,75	5,06
<b>Ужин</b>													
	Десерт фруктовый Яблоко-	130	130	0,52	0,52	0,52	0,52	11,70	11,70	53,56	53,56	13,00	13,00
ттк-966к	Запеканка из tvor "Гулливер" с соус.смет."Сластёна	150/15	100/15	23,29	15,59	13,45	9,37	39,38	27,01	371,71	254,78	1,29	0,86
ттк№253н	Чай "Витаминный"полусл.	200	150	0,56	0,42			18,14	13,61	74,82	56,11	1,05	0,79
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
<b>Ср, 11 августа 21</b>													
<b>Завтрак</b>													
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	3,68	2,95	2,36	2,00	15,42	10,28	97,62	70,90	0,15	0,04
311/04	Каша молочная кукурузная 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
395/10	Кофейный напиток с молоком	180	150	3,11	2,51	2,36	1,95	14,64	10,84	92,22	70,93	3,60	3,00
<b>Второй завтрак</b>													
	Напиток из сыворотки	150	130										
<b>Обед</b>													
ттк-62	Салат из отварной свеклы	50	40	0,87	0,70	5,05	4,04	5,13	4,10	69,48	55,58	5,83	4,66
124/04	Щи из св.капусты с картоф. со смет.	200/5	150/5	1,78	1,37	3,76	3,01	6,37	4,84	66,44	51,93	38,17	28,65
ТТК-738к	Котлеты "Крестьянские"	75	50	11,16	7,44	12,44	7,96	9,30	6,20	193,76	126,17	0,56	0,37
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	100	14,70	11,31	4,32	3,32	32,42	24,94	227,34	174,88		
ттк№271н	Компот "Фруктово-ягодный" из свеж.ябл.	200	150	0,18	0,14	0,18	0,14	19,06	14,29	78,58	58,94	4,54	3,41
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43										
<b>Полдник</b>													
697/04	Молоко кипяченое с печеньем сах. в ассорт.	160/18	120/18	6,25	5,02	7,08	6,03	16,74	14,72	155,69	133,20	2,19	1,65
<b>Ужин</b>													
ттк-396	Тефтели из птицы с соусом сметанным с томатом	60/30	60/30	2,10	2,10	6,74	6,74	12,30	12,30	118,26	118,26	2,96	2,96
516/04	Макаронные изделия отварные	130	100	4,64	3,57	3,78	2,91	31,67	24,36	179,30	137,92		
686/04	Чай с лимоном	200/7	150/7	0,27	0,22			15,33	11,57	62,40	47,16	3,30	3,27
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
<b>Чт, 12 августа 21</b>													
<b>Завтрак</b>													
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	3,74	3,00	5,91	5,62	15,49	10,35	130,13	104,00	0,04	0,04
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	6,61	4,96	5,33	4,62	33,82	25,37	209,70	162,89	4,22	3,17
ттк №198н	Какао с молоком полусладкий	180	150	3,09	2,58	2,57	2,14	15,74	13,11	98,39	81,99	3,63	3,03
<b>Второй завтрак</b>													
698/04	Простокваша	150	130	4,59	3,98	3,96	3,43	6,49	5,62	79,92	69,26	1,27	1,10
<b>Обед</b>													
	Огурец свежий порциями	50	50	0,41	0,41	0,05	0,05	1,28	1,28	7,19	7,19	5,10	5,10
110/2004	Борщ с капустой и карт. со сметаной	200/5	150/5	1,78	1,26	3,76	3,02	10,49	7,75	82,92	63,26	22,67	16,99
ТТК-739к	Котлеты "Татарские"	75	50	6,05	8,06	11,04	11,06	4,65	6,20	142,14	156,55	0,28	0,37
510/04	Каша ячневая вязкая	130	100	2,84	2,19	3,66	2,82	18,29	14,07	117,47	90,36		
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43										
<b>Полдник</b>													
697/04	Молоко кипяченое	160	120	4,98	3,73	4,22	3,17	8,36	6,27	91,32	68,49	6,75	5,06

<b>Ужин</b>				28,23	19,70	13,15	9,06	66,52	51,98	497,32	368,28	18,84	14,14
	Десерт фруктовый Банан	124	98	1,86	1,47			26,04	20,58	111,60	88,20	12,40	9,80
40/10, соус 351/10	Пудинг из творога с яблоками с соусом мол. сп.	150/15	100/15	24,65	16,56	12,97	8,88	25,48	17,67	317,22	216,84	6,34	4,26
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,20	0,15			5,06	3,79	21,04	15,78	0,10	0,08
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
<b>Пт, 13 августа 21</b>				62,45	46,35	54,76	44,53	209,38	168,33	1 580,24	1 259,44	96,95	84,48
<b>Завтрак</b>				14,10	11,78	14,58	13,04	41,62	29,95	354,18	284,24	6,10	4,58
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	2,27	1,53	4,49	4,21	15,49	10,35	111,49	85,37		
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
160/04	Суп молочный с макаронными изд	200	150	4,63	3,47	3,80	2,85	18,60	13,95	127,16	95,37	4,00	3,00
ТТК - 437	Чай полусладкий с молоком	200	150	1,68	1,26	1,25	0,94	7,53	5,65	48,09	36,06	2,10	1,58
<b>Второй завтрак</b>				0,08	0,07			15,15	13,13	60,90	52,78	3,00	2,60
707/04	Сок фруктовый разливной	150	130	0,08	0,07			15,15	13,13	60,90	52,78	3,00	2,60
<b>Обед</b>				35,24	22,84	25,89	18,25	80,38	59,57	695,44	493,90	39,41	29,66
14/10	Салат из св.помидоров	50	40	0,39	0,31	3,03	2,42	2,65	2,12	39,37	31,50	6,40	5,12
131/04	Рассольник "Домашний" с мясными фрикад. со смет.	200/25/5	150/25/5	7,95	7,49	7,86	7,46	8,02	6,12	134,65	121,62	29,45	22,16
ТТК -417	Плов "Золотой петушок"	50/150	25/100	24,87	13,14	14,74	8,13	40,39	26,86	393,73	233,15	3,41	2,27
ттк№-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из кураги	200	150	0,51	0,38	0,08	0,06	19,38	14,53	80,23	60,17	0,15	0,11
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43										
<b>Полдник</b>				6,25	5,02	7,08	6,03	16,74	14,72	155,69	133,20	2,19	1,65
697/04	Молоко кипяченое с печеньем сах. в ассорт.	160/18	120/18	6,25	5,02	7,08	6,03	16,74	14,72	155,69	133,20	2,19	1,65
<b>Ужин</b>				6,78	6,64	7,21	7,21	55,49	50,96	314,03	295,32	46,25	45,99
	Десерт фруктовый Яблоко-	130	130	0,52	0,52	0,52	0,52	11,70	11,70	53,56	53,56	13,00	13,00
151/10	Картофель запеченный в сметанном соусе	180	180	4,18	4,18	6,51	6,51	15,71	15,71	138,19	138,19	32,20	32,20
ттк№253н	Чай "Витаминный"полусл.	200	150	0,56	0,42			18,14	13,61	74,82	56,11	1,05	0,79
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
<b>Итого</b>				302,37	231,92	277,47	229,34	1 069,3	854,71	7 984,12	6 410,37	357,44	292,15