

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

2,4 группа

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ С 07.06.2021г. ПО 11.06.2021 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
Пн, 07 июня 21													
Завтрак													
				57,41	45,37	50,28	39,49	291,62	234,71	1 846,95	1 475,79	55,76	40,16
				10,24	8,36	11,66	6,79	83,05	64,79	478,09	353,68	1,00	0,76
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5		3,74		5,91		15,49		130,13		0,04	
3/04	Бутерброд с сыром		20/5		2,95		2,00		10,28		70,90		0,04
516/04	Макаронные изделия отварные	180	150	6,40	5,34	5,75	4,79	46,08	38,40	261,66	218,05		
ТТК №-272н	Кисель из концентрата полусладкий	200	150	0,10	0,07			21,48	16,11	86,30	64,73	0,96	0,72
Второй завтрак													
707/04	Сок фруктовый разливной	150	130	0,08	0,07			15,15	13,13	60,90	52,78	3,00	2,60
Обед													
				12,84	10,82	17,92	15,56	98,89	84,17	606,56	520,06	34,90	27,05
78/04	Икра морковная	50	40	1,07	0,86	4,07	3,25	6,04	4,83	65,02	52,02	6,08	4,87
135/04	Суп из овощей со сметаной	200/5	150/5	2,46	1,88	4,17	3,31	16,63	12,52	113,87	87,40	25,83	19,38
86/10; соус 356/1	Тефтели мясные с соусом	60/30	60/30	1,81	1,81	4,93	4,93	10,72	10,72	94,54	94,54	2,24	2,24
510/04	Каша перловая вязкая	130	110	2,63	2,22	4,06	3,44	20,64	17,46	129,62	109,68		
ТТК №-106н	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов (полусладкий)	200	150	0,35	0,26			14,83	11,12	60,70	45,53	0,75	0,56
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	3,00	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,43		
Полдник													
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
Ужин													
				28,00	21,10	13,62	11,11	77,79	57,90	545,71	416,07	14,67	8,10
	Десерт фруктовый Яблоко-	140	76	0,56	0,30	0,56	0,30	12,60	6,84	57,68	31,31	14,00	7,60
367/04	Галушки творожные с маслом	195/5	145/5	25,72	19,13	12,88	10,63	50,19	37,33	419,53	321,52	0,57	0,42
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		
Вт, 08 июня 21													
Завтрак													
				15,26	12,97	16,76	14,98	45,37	32,71	393,40	317,46	7,60	6,00
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	2,25	1,51	4,99	4,71	15,46	10,33	115,82	89,69		
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	6,10	6,10	5,52	5,52	0,34	0,34	75,41	75,41		
161/04	Суп молочный с рисом	200	150	3,80	2,85	3,89	2,80	14,93	11,20	109,95	81,43	4,00	3,00
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
Второй завтрак													
				4,59	3,06	3,96	2,64	6,49	4,33	79,92	53,28	1,27	0,84
698/04	Простокваша	150	100	4,59	3,06	3,96	2,64	6,49	4,33	79,92	53,28	1,27	0,84
Обед													
				20,69	15,51	21,08	14,46	93,46	74,90	646,28	491,75	119,42	112,06
ТТК-2н	Зеленый горошек порциями	15	10	1,02	0,68	0,08	0,05	2,91	1,94	16,44	10,96	2,22	1,48
ттк-425	Суп "Гречишное зернышко"	200	150	3,34	2,51	2,49	1,87	26,88	20,16	143,33	107,50	21,53	16,15
ТТК-739	Котлеты "Татарские"	75	50	8,37	5,58	14,30	9,20	2,79	1,86	173,30	112,53	0,32	21,08

534/04	Капуста тушеная	130	100	3,84	2,95	3,52	2,71	15,18	11,67	107,72	82,86	95,35	73,35
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"	1/46,4	1/40,6	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,43		
	Полдник			4,98	3,73	4,22	3,17	8,36	6,27	91,32	68,49	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
	Ужин			6,05	5,07	5,53	4,66	48,05	39,42	266,22	219,89	3,94	3,91
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	25/25	25/25	0,23	0,23	1,55	1,55	1,68	1,68	21,61	21,61	0,64	0,64
510/04	Каша пшеничная вязкая	130	100	4,03	3,10	3,80	2,93	21,10	16,23	134,75	103,66		
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		
	Ср, 09 июня 21			68	51,98	45,32	34,8	278,3	213,54	1 793,14	1 375,11	138,05	120,75
	Завтрак			14,56	11,38	11,08	9,37	69,88	52,44	437,47	339,60	7,81	6,09
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 пшеничная с маслом	200/3	150/3	7,79	5,85	6,15	5,23	38,72	29,05	241,46	186,71	4,03	3,02
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
	Второй завтрак			0,84	0,56			16,17	10,78	68,04	45,36		
	Напиток из сыворотки	150	100	0,84	0,56			16,17	10,78	68,04	45,36		
	Обед			19,73	16,76	18,21	14,09	107,49	84,80	672,79	532,97	57,80	45,68
ТТК-287н	Салат из белокочан.капус.с яблок	50	40	1,28	1,03	2,60	2,08	4,53	3,62	46,66	37,33	42,48	33,99
тТК-451	Суп карт.клецками с мясн.фрик	200/25	150/25	9,29	8,31	6,60	5,72	27,09	20,40	204,88	166,33	15,15	11,44
ТТК-227	Биточки "Рябушка"	75	50	1,58	1,06	4,58	2,78	1,37	0,92	53,07	32,92	0,02	0,14
510/04	Каша ячневая вязкая	130	100	2,95	2,19	3,66	2,82	20,10	14,07	125,18	90,36		
тТК-609	Напиток "Фруктовый"из кураги	200	150	0,51	0,38	0,08	0,06	24,37	18,27	100,19	75,14	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"	1/46,4	1/40,6	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,43		
	Полдник			4,98	3,73	4,22	3,17	8,36	6,27	91,32	68,49	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
	Ужин			27,89	19,55	11,81	8,17	76,40	59,25	523,52	388,69	65,69	63,92
	Десерт фруктовый Апельсин	100	100	0,90	0,90			8,40	8,40	37,20	37,20	60,00	60,00
ТТК №-991	Пудинг из твор."Морошка" с соус молочн. сладк.	150/15	100/15	24,91	16,71	11,63	7,99	39,92	27,30	364,04	247,92	4,64	3,13
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		
	Чт, 10 июня 21			52,84	46,34	54,47	50,3	214,4	180,09	1 559,23	1 358,21	71,9	56,94
	Завтрак			6,94	5,02	10,73	10,01	34,02	24,24	260,52	207,07	6,13	4,60
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	2,27	1,51	4,49	4,71	15,49	10,33	111,49	89,69		
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
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
	Второй завтрак			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
	Обед			28,54	25,95	21,07	19,59	95,13	79,16	684,33	596,75	20,92	17,21
	Огурец свежий порциями	40	40	0,33	0,33	0,04	0,04	1,02	1,02	5,75	5,75	4,08	4,08
139/04	Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы	200/15	150/15	10,86	9,61	6,96	6,50	22,68	17,01	196,82	164,97	15,58	11,87
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
510/04	Каша гречневая вязкая	130	100	4,03	3,10	4,12	3,17	21,54	16,57	139,36	107,20		
ТТК-430	Компот полусладкий из сухофруктов	200	150	0,33	0,25	0,02	0,01	11,29	8,47	46,62	34,97	0,02	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"	1/46,4	1/40,6	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,43		
	Полдник			8,26	7,03	11,59	10,54	36,92	34,90	285,03	262,54	2,19	1,65
697/04	Молоко кипяченое	160	120	4,90	3,67	4,22	3,17	8,10	6,08	89,97	67,48	2,19	1,65

470/10	Булочка дорожная	50	50	3,36	3,36	7,37	7,37	28,82	28,82	195,06	195,06		
Ужин													
				9,02	8,27	11,08	10,16	33,18	28,66	268,45	239,07	39,66	30,88
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	50/30	4,24	4,24	6,90	6,90	4,10	4,10	95,41	95,41	1,61	1,61
520/04	Пюре картофельное	130	100	3,06	2,36	4,00	3,08	14,08	10,83	104,54	80,42	37,95	29,19
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		
Пт, 11 июня 21													
Завтрак													
				14,86	11,50	10,15	8,67	69,30	52,05	428,02	332,29	7,78	6,19
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	3,68	2,93	2,36	2,03	15,42	11,77	97,62	77,11	0,15	0,17
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	8,07	6,06	5,43	4,69	39,24	29,44	238,18	184,25	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
Второй завтрак													
				4,86	3,24	1,62	1,08	6,48	4,32	59,94	39,96	1,30	0,86
698/04	Ацидофилин	150	100	4,86	3,24	1,62	1,08	6,48	4,32	59,94	39,96	1,30	0,86
Обед													
				31,12	9,38	19,91	11,41	93,09	80,65	676,04	462,80	62,75	49,26
	Салат из свежей капусты с помидором	50	40	0,98	0,78	2,30	1,84	2,87	2,29	36,08	28,86	32,31	25,85
131/04	Рассольник Ленинградский со смет	200/5	150/5	2,42	1,85	3,81	3,05	11,42	8,61	89,68	69,26	21,74	16,31
ТТК -417	Плов "Золотой петушок"	50/100	25/100	23,46	2,85	13,09	5,88	24,34	23,91	309,02	159,95	2,30	2,30
ттк-950	Напиток "Лимонный"	200	150	0,14	0,11	0,02	0,01	24,43	18,32	98,45	73,84	6,40	4,80
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,43		
Полдник													
				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
Ужин													
				10,32	10,18	11,81	11,81	73,52	68,99	441,67	422,96	15,85	15,59
	Десерт фруктовый Яблоко-	138	138	0,55	0,55	0,55	0,55	12,42	12,42	56,86	56,86	13,80	13,80
208/10	Макароны запеченные с яйцом с маслом	150/5	150/5	7,69	7,69	11,08	11,08	33,02	33,02	262,53	262,53	1,00	1,00
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		
Итого													
				297,23	223,35	252,19	203,5	1 245,2	1 006,7	8 437,82	6 751,19	494,56	419,27

	Масса порции, гр	Масса порции, гр	Пищевые вещества (гр)	Энерг. ценность (ккал)	Энерг. ценность (ккал)	Витамины (мг)	Витамины (мг)					
	Дет. сад	Ясли	Белки	Белки	Жиры	Жиры	Углеводы	Углеводы	Дет. сад	Ясли	С	С
			Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли				
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:			272,2	227,3	303,5	235,2	1306,7	1017,8	9101,2	7006,1	250,6	225,1
В среднем в день:			54,44	45,45	60,70	47,04	261,34	203,56	1 820,24	1 401,22	50,11	45,02