

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

"СОГЛАСОВАНО"

ООО "Школьное питание"

 В.П. Гусева

(№ДОУ)

(ФИО руководителя)

(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ с 23.01.2023г. по 27.01.2023 г.

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.						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, 23 января 23													
Завтрак													
				66,36	56,61	49,89	45,06	252,51	219,14	1 724,48	1 508,34	66,44	54,56
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	11,86	8,74	14,79	12,85	52,86	38,39	392,08	304,08	3,35	2,51
ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	200/5	150/5	2,27	1,53	4,49	4,21	15,49	10,35	111,49	85,37		
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	7,94	5,97	9,00	7,66	29,91	22,45	232,44	182,60	2,60	1,95
		200	150	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56
Второй завтрак													
				0,05	0,05			10,10	10,10	40,60	40,60	2,00	2,00
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,05	0,05			10,10	10,10	40,60	40,60	2,00	2,00
Обед													
				38,15	32,17	16,12	13,77	89,51	77,26	655,61	561,47	44,72	34,57
ТТК№357н	Салат "Капуста квашеная"	50	40	0,89	0,72	2,51	2,01	4,34	3,47	43,51	34,81	14,10	11,28
133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	5,75	5,22	4,25	3,77	11,30	8,48	106,42	88,73	29,33	22,00
ТТК-53к	Мякоть птицы тушенная в соусе	50/50	40/50	23,64	18,98	4,60	3,86	3,79	3,70	151,08	125,43	1,29	1,29
510/04	Каша гречневая вязкая	130	110	4,03	3,41	4,12	3,49	21,54	18,23	139,36	117,92		
ТТК-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из изюма	200	150					20,66	15,50	82,64	61,98		
	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	2,32	2,32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14		
Полдник													
				4,50	3,90	3,88	3,36	6,21	5,38	77,78	67,41	1,09	0,94
698/04	Кефир	150	130	4,50	3,90	3,88	3,36	6,21	5,38	77,78	67,41	1,09	0,94
Ужин													
				11,80	11,75	15,10	15,08	93,83	88,01	558,41	534,78	15,28	14,54
	Десерт фруктовый Яблоко	140	135	0,56	0,54	0,56	0,54	12,60	12,15	57,68	55,62	14,00	13,50
208/10	Макароны запеченные с яйцом с маслом	150/5	150/5	7,46	7,46	10,26	10,26	31,33	31,33	247,51	247,51	0,32	0,32
ТТК-814	Булочка домашняя	30	30	2,16	2,16	4,10	4,10	18,48	18,48	119,46	119,46		
ТТК-272н	Кисель из концентрата полусладкий	200	150	0,10	0,07			21,48	16,11	86,30	64,73	0,96	0,72
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
Итого стоимость питания в день		146,5 руб.	116,32 руб.										
Вт, 24 января 23													
Завтрак													
				14,42	11,21	10,73	9,00	72,41	54,20	444,00	342,69	2,97	2,30
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	3,68	2,94	2,24	1,95	15,42	10,28	96,59	70,46	0,04	0,04
311/04	Каша молочная кукурузная с маслом	200/3	150/3	8,22	6,17	6,85	5,68	43,05	32,30	266,80	205,06	2,18	1,64
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62
Второй завтрак													
				0,05	0,05			10,10	10,10	40,60	40,60	2,00	2,00
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,05	0,05			10,10	10,10	40,60	40,60	2,00	2,00
Обед													
				21,16	16,43	35,01	26,46	88,47	72,88	753,59	595,37	94,00	69,25
ТТК-62	Салат из отварной свеклы	50	40	0,97	0,78	3,06	2,45	5,68	4,55	54,17	43,34	6,46	5,17
135/04	Суп из овощей со сметаной	200/10	150/5	2,17	1,55	4,55	3,03	8,43	6,21	83,32	58,36	26,80	20,07
ТТК-393к	Запеканка картофельная с мясом "По- домашнему" с маслом	180/5	130/5	14,04	10,15	26,74	20,33	22,05	15,92	385,05	287,23	54,34	39,21

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"	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14				
Полдник						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		
Ужин						29,46	4,78	12,87	5,91	73,93	56,49	529,42	298,33	15,51	14,65
	Десерт фруктовый Яблоко	140	140	0,56	0,56	0,56	0,56	12,60	12,60	57,68	57,68	14,00	14,00		
ТТК-399	Сырники из творога с курагой и морковью с соусом "Сластёна"	150/30	100/30	27,18	2,55	12,08	5,13	46,33	30,16	402,78	177,07	1,41	0,57		
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,20	0,15	0,05	0,04	5,06	3,79	21,50	16,12	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				
Итого стоимость питания в день		146,5 руб.	116,32 руб.												
Ср, 25 января 23						69,8	59,29	83,81	72	235,77	200,78	1 976,56	1 688,11	81,96	67,7
Завтрак						14,00	10,58	15,43	13,17	60,65	45,51	437,51	342,85	3,46	2,70
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				
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	8,68	6,51	8,42	6,86	29,88	22,42	230,02	177,48	2,29	1,72		
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98		
Второй завтрак						0,05	0,05			10,10	10,10	40,60	40,60	2,00	2,00
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,05	0,05			10,10	10,10	40,60	40,60	2,00	2,00		
Обед						30,00	24,36	33,69	25,86	94,54	79,35	801,39	647,49	24,41	18,91
ТТК-359н	Винегрет из овощей	50	40	0,96	0,77	3,55	2,84	4,19	3,35	52,56	42,05	9,31	7,45		
ТТК -451	Суп картофельный клецками с мякотью птицы	200/15	150/15	9,08	8,28	8,61	7,74	17,10	12,83	182,27	154,12	14,54	11,09		
ТТК-650	Котлеты "Челнинские"	75	50	12,09	8,06	17,09	11,42	9,30	6,20	239,33	159,79	0,56	0,37		
510/04	Каша пшеничная вязкая	130	110	4,03	3,41	3,80	3,22	21,10	17,86	134,75	114,02				
ТТК-356н	Компот "Фруктово-ягодный" ассорти	200	150					14,97	11,23	59,88	44,91				
	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	2,32	2,32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14				
Полдник						4,59	3,98	3,96	3,43	6,49	5,62	79,92	69,26	1,27	1,10
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		
Ужин						21,16	20,32	30,73	29,54	63,99	60,20	617,14	587,91	50,82	42,99
	Омлет натуральный	105	105	10,12	10,12	12,78	12,78	1,51	1,51	161,50	161,50	0,39	0,39		
344/10 соус 348/10	Рагу овощное	130	110	2,77	2,34	5,66	4,79	12,44	10,52	111,77	94,57	49,68	42,04		
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком с печеньем в ассортименте	200/34	150/34	6,75	6,34	12,11	11,79	40,10	38,23	296,41	284,38	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				
Итого стоимость питания в день		146,5 руб.	116,32 руб.												
Чт, 26 января 23						54,52	41,28	42,82	32,9	266,24	213,94	1 668,52	1 317,01	61,32	48,87
Завтрак						14,02	10,56	12,98	11,25	78,14	59,98	485,52	383,42	2,98	2,32
2/04	Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	2,27	1,53	4,49	4,20	21,35	16,21	134,93	108,80	0,10	0,10		
	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	9,23	6,93	6,85	5,68	42,85	32,15	269,98	207,45	2,13	1,60		
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62		
Второй завтрак						0,05	0,05			10,10	10,10	40,60	40,60	2,00	2,00
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,05	0,05			10,10	10,10	40,60	40,60	2,00	2,00		
Обед						29,52	20,96	17,74	12,22	114,90	90,11	737,37	554,24	51,95	40,34
20/2010	Салат из белокачанной капусты	50	40	0,97	0,78	2,55	2,04	5,27	4,22	47,96	38,37	29,91	23,93		
132/04	Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	150/5	2,46	1,78	4,56	3,04	11,04	8,19	95,00	67,27	20,21	15,15		
ТТК-247к	Гречка с говядиной "Батыр"	40/160	25/110	21,75	14,19	9,97	6,48	51,28	35,25	381,89	256,06	1,80	1,24		
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	2,32	2,32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14				
Полдник						4,50	3,90	3,88	3,36	6,21	5,38	77,78	67,41	1,09	0,94
698/04	Кефир	150	130	4,50	3,90	3,88	3,36	6,21	5,38	77,78	67,41	1,09	0,94		
Ужин						6,43	5,81	8,22	6,07	56,89	48,37	327,25	271,34	3,30	3,27

ТТК-101н	Котлеты "Любимые"	75	50		0,14	4,20	2,64		0,12	37,76	24,78		
516/04	Макаронные изделия отварные	130	110	4,64	3,93	3,78	3,20	31,67	26,79	179,30	151,72		
686/04	Чай с лимоном	200/7	150/7	0,27	0,22	0,06	0,05	15,28	11,52	62,73	47,38	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		
Итого стоимость питания в день		146,5 руб.	116,32 руб.										
Пт, 27 января 23				56,93	44,58	59,45	49,82	278,93	233,3	1 878,53	1 559,88	84,79	70,86
Завтрак				18,13	15,06	18,93	17,06	67,12	50,36	511,42	415,14	3,46	2,70
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		
311/04	Каша молочная рисовая жидкая с маслом	200/3	150/3	7,29	5,47	6,88	5,71	36,35	27,27	236,49	182,33	2,29	1,72
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
Второй завтрак				0,05	0,05			10,10	10,10	40,60	40,60	2,00	2,00
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,05	0,05			10,10	10,10	40,60	40,60	2,00	2,00
Обед				19,65	12,87	18,38	11,92	86,00	71,30	588,03	443,99	63,93	50,97
62/11	Салат из моркови с сахаром	50	40	0,83	0,66	0,06	0,05	6,90	5,52	31,49	25,20	3,19	2,55
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	150/5	2,02	1,45	4,52	3,01	11,23	8,34	93,65	66,29	23,89	17,91
ТТК-1026	Биточки рыбные "Морячка"	75	50	9,99	4,42	9,18	4,85	5,48	2,42	144,53	71,01	1,38	0,59
520/04	Пюре картофельное	130	110	2,87	2,43	3,98	3,37	13,03	11,03	99,46	84,16	34,51	29,20
ТТК-272н	Кисель из концентрата полусладкий	200	150	0,10	0,07			21,48	16,11	86,30	64,73	0,96	0,72
	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	2,32	2,32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14		
Полдник				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
Ужин				14,56	12,67	18,09	17,33	109,23	95,92	657,97	590,37	14,10	14,07
	Десерт фруктовый Яблоко	140	140	0,56	0,56	0,56	0,56	12,60	12,60	57,68	57,68	14,00	14,00
ТТК-302н	Галушки "Снежок"	200	150	7,18	5,34	6,49	5,74	48,99	36,95	283,07	220,84		
ТТК 475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/34	150/34	5,30	5,25	10,86	10,85	37,70	36,43	269,76	264,39	0,10	0,07
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
Итого стоимость питания в день		146,5 руб.	116,32 руб.										
Итого				317,24	238,16	298,63	244,66	1 284,8	1 066,5	9 096,21	7 420,11	410,29	331,31

	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг	
	Дет. сад	Ясли	Белки		Жиры		Углеводы		Дет. сад	Ясли	С	С
			Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли			Дет. сад	Ясли
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:			270,70	210,15	301,85	236,95	1305,9	1015,6	9090,95	7012,45	250,30	226,30
В среднем в день:			54,14	42,03	60,37	47,39	261,17	203,12	1 818,19	1 402,49	50,06	45,26

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

Г.Н. Мартынова

Н.В. Журавлева

Л. Р. Загидуллина