

2,4 группа

11 группа: сады № 28, 30, 34, 40, 50, 51, 52, 54, 69, 70, 93, 103, 110, 118

12 группа: сады № 7, 12, 14, 18, 21, 29, 31, 35, 39, 46, 97, 106, 115, 27

14 группа: сады № 10, 17, 17ф, 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, 131, 132

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р.И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

(№ДОУ)

(ФИО руководителя)

(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ с 12.01.2026г. по 16.01.2026 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	Дет. сад	Ясли
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли				
Пн, 12 января 26													
Завтрак				61,86	53,17	49,46	42,32	275,72	237,5	1 795,31	1 543,58	59,82	50,49
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	12,58	9,64	9,29	7,81	56,63	41,50	360,50	274,87	2,10	1,58
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	3,38	2,73	1,98	1,78	11,70	7,80	78,13	58,13	0,04	0,04
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	7,55	5,67	6,01	5,05	37,47	28,11	234,22	180,63	1,31	0,98
Второй завтрак				1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
Обед				0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
ТТК-357н	Салат "Капуста квашеная" (б/лука)	50	40	21,62	17,63	22,62	18,44	95,97	84,11	673,85	572,90	38,75	30,39
138/04	Суп картоф. крупой с мяк. птицы	200/15	150/10	0,90	0,72	2,78	2,22	4,27	3,42	45,66	36,53	15,00	12,00
ТТК-550н	Митболы из говядины в соусе томатном	60/50	60/50	7,80	4,39	7,11	4,05	10,68	8,01	137,90	86,08	20,70	15,34
510/04	Каша перловая вязкая	130	110	6,44	6,44	8,48	8,48	11,82	11,82	149,36	149,36	3,05	3,05
ТТК-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из изюма	200	150	2,64	2,24	3,61	3,05	20,66	17,48	125,69	106,35		
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20					20,66	15,50	82,64	61,98		
	Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
Полдник				2,32	2,32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14		
697/04	Молоко кипяченое	130	100	14,43	13,51	7,37	6,58	39,05	37,53	280,23	263,36	1,92	1,51
741/04	Ватрушка с творогом	75	75	3,98	3,06	3,43	2,64	6,58	5,06	73,10	56,23	1,78	1,37
Ужин				10,45	10,45	3,94	3,94	32,47	32,47	207,13	207,13	0,14	0,14
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	145	145	12,73	11,89	10,18	9,49	73,97	64,26	438,33	390,05	14,65	14,61
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	0,58	0,58	0,58	0,58	13,05	13,05	59,74	59,74	14,50	14,50
ТТК - 181а	Макаронны отварные	130	110	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
ТТК-258к	Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка	200	150	4,60	3,89	4,30	3,63	31,60	26,74	183,46	155,24		
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	0,51	0,38	0,08	0,06	19,38	14,53	80,23	60,17	0,15	0,11
				1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
Итого стоимость питания в день		177,47 руб.	140,91 руб.										
Вт, 13 января 26													
Завтрак				70,25	52,84	66,6	54,11	225,97	189,02	1 784,31	1 454,22	99,96	78,39
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	8,28	6,27	9,64	8,24	41,45	31,29	285,70	224,28	2,05	1,60
161/04	Суп молочный с рисом	200	150	2,00	1,35	4,22	4,03	11,77	7,87	93,10	73,11		
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	3,76	2,82	3,78	2,84	15,74	11,80	111,99	84,00	1,30	0,98
Второй завтрак				2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
Обед				0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
52/11	Салат из свеклы отварной	50	40	20,44	16,04	34,95	27,17	77,54	65,00	706,44	568,60	78,93	58,22
135/04	Суп из овощей со сметаной	200/10	150/10	0,97	0,78	3,06	2,45	5,68	4,55	54,17	43,34	6,46	5,17
				2,05	1,60	4,54	3,78	7,82	5,96	80,32	64,23	25,16	18,88

ТТК-503	Запеканка картофельная с мясом "По-домашнему" с маслом	180/5	130/5	13,57	9,81	26,70	20,30	19,50	14,11	372,62	278,38	47,11	34,02
	Напиток "Фруктово-ягодный" ассорти	200	150	0,01	0,01	0,01		16,66	12,50	66,73	50,05	0,20	0,15
	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				36,49	26,10	17,96	15,19	90,40	77,01	669,26	549,16	15,28	15,05
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	145	145	0,58	0,58	0,58	0,58	13,05	13,05	59,74	59,74	14,50	14,50
ТТК-1019	Сырники "Домашние" из творога с соусом сметанным "Сластёна"	150/15	100/30	31,38	21,18	12,37	9,62	35,39	26,40	378,47	276,88	0,69	0,48
тТК№253н	Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным	200/15	150/15	3,01	2,82	4,83	4,81	32,02	27,62	183,59	165,08	0,09	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		177,47 руб.	140,91 руб.										
Ср, 14 января 26				67,37	58,86	60,25	52,65	227,85	194,48	1 722,99	1 487,09	43,16	33,54
Завтрак				13,06	10,25	11,16	9,42	53,48	40,42	366,63	287,47	2,58	2,05
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	3,38	2,73	1,98	1,78	11,70	7,80	78,13	58,13	0,04	0,04
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	6,63	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,50	149,34	1,37	1,03
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				0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
Обед				31,31	27,19	22,29	17,94	102,42	88,20	735,37	622,96	35,91	27,26
ТТК-359н	Винегрет из овощей	50	40	1,23	0,98	3,55	2,84	3,74	2,99	51,80	41,44	6,55	5,24
133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	2,11	1,58	1,91	1,43	11,30	8,48	70,80	53,11	29,33	22,00
ТТК-101н	Котлеты "Любимые"	75	50	8,93	7,98	11,85	9,36	7,65	6,84	172,91	143,50		
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	14,70	12,44	4,32	3,65	32,42	27,44	227,34	192,37		
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				3,98	3,06	3,43	2,64	6,58	5,06	73,10	56,23	1,78	1,37
697/04	Молоко кипяченое	130	100	3,98	3,06	3,43	2,64	6,58	5,06	73,10	56,23	1,78	1,37
Ужин				18,52	17,86	23,37	22,65	55,27	50,70	505,49	478,03	0,49	0,46
340/04	Омлет натуральный	105	105	10,12	10,12	12,78	12,78	1,51	1,51	161,50	161,50	0,39	0,39
ТТК-187а	Каша гречневая вязкая	130	110	3,98	3,37	4,64	3,93	21,48	18,18	143,60	121,51		
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/18	150/18	2,90	2,85	5,77	5,76	22,34	21,07	152,93	147,56	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		177,47 руб.	140,91 руб.										
Чт, 15 января 26				72,67	58,47	65,49	53,39	257,93	218,1	1 911,81	1 586,81	127,62	98,78
Завтрак				10,79	8,16	11,03	9,82	65,54	49,37	404,69	318,48	2,06	1,60
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	2,00	1,35	4,22	4,03	11,77	7,87	93,10	73,11		
311/04	Каша молочная кукурузная с маслом	200/3	150/3	6,27	4,71	5,17	4,42	39,83	29,88	230,98	178,20	1,31	0,98
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				0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
Обед				36,12	29,85	16,70	13,27	98,08	84,46	687,08	576,73	49,05	38,48
20/2010	Салат из белокочанной капусты	50	40	0,97	0,77	2,55	2,04	5,24	4,19	47,83	38,26	29,89	23,91
132/04	Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	150/5	2,57	1,86	4,54	3,03	10,23	7,56	92,08	64,96	17,72	13,26
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	40/50	23,64	19,12	4,60	3,87	3,79	3,60	151,08	125,68	1,29	1,20
ТТК - 181а	Макароны отварные	130	110	4,59	3,88	4,29	3,63	31,56	26,70	183,26	155,06		
ТТК-258к	Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка	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	2,32	2,32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14		
Полдник				7,99	7,37	16,63	15,39	35,17	34,33	322,33	305,35	0,46	0,40

	яженка	150	130	4,64	4,02	9,27	8,03	6,33	5,49	127,31	110,33	0,46	0,40
	Булочка дорожная	50	50	3,35	3,35	7,36	7,36	28,84	28,84	195,02	195,02		
Ужин													
ТТК-650	Котлеты "Челнинские"	75	50	17,27	12,59	21,13	14,91	49,04	39,84	455,31	343,85	73,65	55,90
520/04	Пюре картофельное	75	75	12,09	8,06	17,09	11,42	9,30	6,20	239,33	159,79	0,56	0,37
534/04	Капуста тушеная	55	35	1,76	1,76	2,31	2,31	8,10	8,10	60,22	60,22	21,57	21,57
686/04	Чай с лимоном	200/7	150/7	1,63	1,03	1,49	0,95	6,42	4,08	45,57	29,00	48,22	30,69
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	0,27	0,22	0,06	0,05	15,28	11,52	62,73	47,38	3,30	3,27
Итого стоимость питания в день		177,47 руб.	140,91 руб.	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
Пт, 16 января 26													
Завтрак				59,89	48,69	49,94	40,79	228,21	191,1	1 601,93	1 326,23	105,23	96,79
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	18,56	15,41	17,11	15,71	64,56	48,75	486,56	398,03	2,48	1,96
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	2,00	1,35	4,22	4,03	11,77	7,87	93,10	73,11		
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	7,99	6,00	5,33	4,54	37,51	28,14	230,02	177,48	1,31	0,98
Второй завтрак				3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
Обед				0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
62/11	Салат из моркови с сахаром	50	40	18,70	12,06	17,97	11,58	92,43	76,74	606,23	459,38	28,54	21,05
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	150/5	0,83	0,66	0,06	0,05	6,90	5,52	31,49	25,20	3,19	2,55
ТТК-1026	Биточки рыбные "Морячка"	75	50	1,94	1,38	4,51	3,01	10,78	7,96	91,46	64,43	23,01	17,19
510/04	Каша рисовая вязкая	130	110	9,99	4,42	9,18	4,85	5,48	2,42	144,53	71,01	1,38	0,59
ТТК-272н	Кисель из концентрата полусладкий	200	150	2,00	1,69	3,58	3,03	19,91	16,85	119,85	101,41		
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	0,10	0,07			21,48	16,11	86,30	64,73	0,96	0,72
	Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
Полдник				2,32	2,32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14		
697/04	Молоко кипяченое	130	100	3,98	3,06	3,43	2,64	6,58	5,06	73,10	56,23	1,78	1,37
Ужин				3,98	3,06	3,43	2,64	6,58	5,06	73,10	56,23	1,78	1,37
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	110	110	18,15	17,66	11,43	10,86	54,54	50,45	393,64	370,19	70,03	70,01
ТТК-396н	Тефтели из птицы с соусом томатным	60/30	60/30	0,99	0,99			9,24	9,24	40,92	40,92	66,00	66,00
510/04	Каша ячневая вязкая	130	110	12,60	12,60	7,54	7,54	12,01	12,01	166,29	166,29	3,93	3,93
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	2,84	2,40	3,66	3,10	18,29	15,47	117,47	99,40		
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	0,20	0,15	0,05	0,04	5,06	3,79	21,50	16,12	0,10	0,08
Итого стоимость питания в день		177,47 руб.	140,91 руб.	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
Итого				332,04	272,03	291,74	243,26	1 215,7	1 030,2	8 816,35	7 397,93	435,79	357,99