

- 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, 131

"УТВЕРЖДАЮ"  
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

В. П. Гусева

"СОГЛАСОВАНО"

(№ДОУ)

(ФИО руководителя)

(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ с 12.12.2022г. по 16.12.2022 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						
<b>Пн, 12 декабря 22</b>															
<b>Завтрак</b>															
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	9,06	6,63	11,20	9,78	47,78	34,58	328,22	252,88	111,49	85,37	3,92	2,94
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	2,27	1,53	4,49	4,21	15,49	10,35	111,49	85,37	111,49	85,37	1,37	1,03
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17	25,55	1,91	2,60	2,60
<b>Второй завтрак</b>															
707/04	Сок фруктовый разливной	170	130	0,09	0,07			17,17	13,13	69,02	52,78	69,02	52,78	3,40	2,60
<b>Обед</b>															
ТТК-1025	Салат "Радужный"	50	40	14,96	13,66	24,90	22,79	90,30	77,63	645,20	570,36	47,56	36,80	5,01	4,00
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	150/5	1,28	1,02	2,59	2,07	5,59	4,48	50,84	40,67	53,00	39,03	29,28	29,28
ТТК-652, 587/04	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	50/50	1,84	1,41	3,76	3,01	6,69	5,06	68,00	53,00	39,03	29,28	3,52	3,52
510/04	Каша перловая вязкая	130	100	5,36	5,36	14,30	14,30	8,82	8,82	185,43	185,43	3,52	3,52		
ТТК-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из изюма	200	150	2,64	2,03	3,61	2,77	20,66	15,89	125,69	96,68				
	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			1,37	1,37
<b>Полдник</b>															
697/04	Молоко кипяченое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37		
<b>Ужин</b>															
ТТК-341	Десерт фруктовый Яблоко	130	70	6,77	5,16	9,83	7,07	66,50	47,52	381,53	274,28	13,97	7,71		
ТТК-437	Запеканка "Сладкоежка" с соусом сметанным "Сластена"	150/15	100/15	0,52	0,28	0,52	0,28	11,70	6,30	53,56	28,84	13,00	7,00		
	Чай полусладкий с молоком	200	150	3,08	2,12	7,83	5,63	37,40	25,69	232,36	161,87	0,22	0,15		
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46			0,75	0,56
<b>Итого стоимость питания в день</b>		126,79 руб.	100,66 руб.	55,04	44,32	61,09	51,92	219,79	185,32	1 649,14	1 385,96	87,07	68		
<b>Вт, 13 декабря 22</b>															
<b>Завтрак</b>															
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	11,76	8,92	12,63	11,07	66,45	49,88	426,47	334,77	4,97	4,04		
ТТК 995	Каша молочная "Дружба" жидкая с маслом	200/3	150/3	2,27	1,53	4,49	4,21	15,49	10,35	111,49	85,37				
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	6,40	4,81	5,57	4,72	35,22	26,42	216,59	167,41	1,34	1,01		
<b>Второй завтрак</b>															
698/04	Ацидофилин	100	100	3,09	2,58	2,57	2,14	15,74	13,11	98,39	81,99	3,63	3,03		
<b>Обед</b>															
20/2010	Салат из белокочанной капусты	50	40	3,02	3,02	2,70	2,70	4,32	4,32	53,68	53,68	0,86	0,86		
139/04	Суп картофельный с бобовыми	200	150	22,74	15,03	19,60	13,03	83,90	68,70	603,04	452,27	76,28	58,87		
ТТК-1026	Биточки рыбные "Морячка"	75	50	0,97	0,77	2,55	2,04	5,24	4,19	47,83	38,26	29,89	23,91		
520/04	Пюре картофельное	200	150	4,73	3,55	3,24	2,43	13,69	10,27	102,89	77,17	12,92	9,69		
		130	100	9,99	4,42	9,18	4,85	5,48	2,42	144,53	71,01	1,38	0,59		
				2,71	2,08	3,97	3,05	12,18	9,37	95,27	73,29	32,06	24,66		

34/195-209

36/195-211

	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	1,37	1,37
				3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
	<b>Полдник</b>			3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
697/04	Молоко кипяченое	100	100	14,46	14,29	23,52	22,48	60,06	57,36	509,72	489,01	3,59	2,86
				0,59	0,47	5,09	4,07	7,13	5,70	76,72	61,38	3,49	2,79
	<b>Ужин</b>			0,59	0,47	5,09	4,07	7,13	5,70	76,72	61,38	3,49	2,79
ТТК-66	Салат "Солнышко"	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
337/04	Яйцо вареное	130/5	130/5	4,08	4,08	7,75	7,75	21,61	21,61	172,47	172,47		
510/2004	Каша гречневая вязкая с маслом	200/17	150/17	2,75	2,70	5,46	5,44	21,38	20,11	145,63	140,26	0,10	0,07
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Рябинушка"												
	<b>Итого стоимость питания в день</b>	126,79 руб.	100,66 руб.										
	<b>Ср, 14 декабря 22</b>			45,6	40,27	47,54	40,84	219,14	178,13	1 486,75	1 241,03	90,77	71,24
	<b>Завтрак</b>			10,96	8,27	11,25	9,96	68,26	52,57	418,20	332,93	2,22	1,75
		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
2/04	Бутерброд с повидлом	200/3	150/3	6,17	4,64	5,12	4,39	32,97	24,74	202,66	156,96	1,37	1,03
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	180	150	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий			0,09	0,07			17,17	13,13	69,02	52,78	3,40	2,60
	<b>Второй завтрак</b>			0,09	0,07			17,17	13,13	69,02	52,78	3,40	2,60
707/04	Сок фруктовый разливной	170	130	25,01	23,69	24,01	21,29	80,77	68,14	639,11	558,93	68,21	52,05
	<b>Обед</b>			0,91	0,73	3,06	2,45	5,33	4,27	52,49	41,99	6,06	4,85
52/11	Салат из отварной свеклы	200/5	150/5	1,77	1,36	4,97	3,91	7,76	5,86	82,81	64,10	25,22	18,92
134/04	Суп крестьянский со сметаной	50/130	50/100	18,35	17,65	15,32	14,28	15,37	11,81	272,76	246,40	30,53	23,48
ТТК-993	Жаркое "По-деревенски"	200	150	0,14	0,11	0,02	0,01	24,43	18,32	98,45	73,84	6,40	4,80
ТТК-950	Напиток "Лимонный"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Рябинушка"	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14		
	Хлеб "Дарницкий"			3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
	<b>Полдник</b>			3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
697/04	Молоко кипяченое	100	100	6,48	5,18	9,64	6,95	47,88	39,23	304,19	240,16	15,57	13,47
	<b>Ужин</b>			0,36	0,36	0,36	0,36	8,10	8,10	37,08	37,08	9,00	9,00
40/10, соус 351/10	Десерт фруктовый Яблоко	90	90	2,95	2,06	7,80	5,43	22,38	15,60	171,50	119,51	5,82	3,91
	Пудинг из творога с яблоками с соусом молочным сладким	150/15	100/15	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20										
	<b>Итого стоимость питания в день</b>	126,79 руб.	100,66 руб.										
	<b>Чт, 15 декабря 22</b>			66,62	48,94	55,49	46,81	267,15	213,21	1 834,56	1 469,98	54,7	39,83
	<b>Завтрак</b>			11,50	9,09	14,65	12,93	44,94	33,75	357,61	287,78	5,75	4,63
		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
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	200/3	150/3	4,67	3,51	6,17	5,17	13,71	10,29	129,09	101,79	2,08	1,56
ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	180	150	3,09	2,58	2,57	2,14	15,74	13,11	98,39	81,99	3,63	3,03
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое			0,09	0,07			17,17	13,13	69,02	52,78	3,40	2,60
	<b>Второй завтрак</b>			0,09	0,07			17,17	13,13	69,02	52,78	3,40	2,60
707/04	Сок фруктовый разливной	170	130	34,20	20,41	16,18	10,30	103,35	80,85	695,80	497,78	29,84	21,91
	<b>Обед</b>			1,82	1,40	3,76	3,01	10,69	8,06	83,91	64,93	23,25	17,44
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	27,42	14,42	11,70	6,60	40,39	26,86	376,55	224,56	3,41	2,27
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	25/100	1,02	0,68	0,08	0,05	2,91	1,94	16,44	10,96	2,22	1,48
ТТК-2н	Зеленый горошек порциями (доп гарнир)	15	10	0,10	0,07			21,48	16,11	86,30	64,73	0,96	0,72
ТТК-272н	Кисель из концентрата полусладкий	200	150	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	2,32	2,32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14		
	Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
	<b>Полдник</b>			3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
697/04	Молоко кипяченое	100	100	17,77	16,31	22,02	20,94	96,63	80,42	655,90	575,41	14,34	9,32
	<b>Ужин</b>			0,48	0,28	0,48	0,28	10,80	6,30	49,44	28,84	12,00	7,00
	Десерт фруктовый Яблоко	120	70										

36/1252211

60/11	Тефтели мясные с соусом	60/30	60/30	7,82	7,82	12,12	12,12	10,28	10,28	181,51	181,51	2,25	2,25
16/04	Макаронные изделия отварные	130	100	4,64	3,57	3,78	2,91	31,67	24,36	179,30	137,92		
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным	200/17	150/17	3,31	3,12	5,46	5,45	33,94	29,54	198,19	179,68	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		
<b>Итого стоимость питания в день</b>		126,79 руб. 100,66 руб.											
<b>Пт, 16 декабря 22</b>													
<b>Завтрак</b>													
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 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
<b>Второй завтрак</b>													
698/04	Кефир	100	100	3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	0,72	0,72
<b>Обед</b>													
62/11	Салат из моркови с сахаром	50	40	0,78	0,62	0,06	0,05	6,64	5,31	30,20	24,16	3,00	2,40
148/04	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-739к	Котлеты "Татарские"	75	50	12,09	8,06	17,09	11,06	9,30	6,20	239,33	156,55	0,56	0,37
534/04	Капуста тушеная	130	100	3,83	2,95	3,52	2,70	15,13	11,64	107,50	82,69	113,96	87,67
ТТК-271н	Компот "Фруктово-ягодный" из свежих яблок	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	2,32	2,32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14		
<b>Полдник</b>													
697/04	Молоко кипяченое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
<b>Ужин</b>													
261/04	Картофельное пюре запеченное с маслом	150/5	150/5	4,18	4,18	10,88	10,88	15,22	15,22	175,55	175,55	39,66	39,66
ТТК-8К	Плюшка "Новомосковская"	50	50	4,19	4,19	3,64	3,64	31,01	31,01	173,56	173,56	0,05	0,05
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		
<b>Итого стоимость питания в день</b>		126,79 руб. 100,66 руб.											
<b>Итого</b>													
				262,77	215,25	277,69	238,13	1 171,9	956,98	8 238,09	6 832	474,17	372,84