

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 23.03.2026г. по 27.03.2026 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, 23 марта 26				63,19	55,14	50,96	44,3	282,04	242,13	1 839,53	1 587,9	54,21	46,29
Завтрак				12,58	9,64	9,29	7,81	56,63	41,50	360,50	274,87	2,10	1,58
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 пшенная с маслом	200/3	150/3	7,55	5,67	6,01	5,05	37,47	28,11	234,22	180,63	1,31	0,98
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56
Второй завтрак				0,50	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				22,97	19,62	24,13	20,43	102,76	89,21	720,07	619,22	33,64	26,69
ТТК-357н	Салат "Капуста квашеная" (б/лука)	50	40	0,90	0,72	2,78	2,22	4,27	3,42	45,66	36,53	15,00	12,00
ТТК -451	Суп картофельный клецками с мякотью птицы	200/15	150/10	9,15	6,38	8,62	6,04	17,46	13,10	184,04	132,32	15,58	11,63
ТТК-550н	Митболы из говядины в соусе томатном	60/50	60/50	6,44	6,44	8,48	8,48	11,83	11,83	149,44	149,44	3,06	3,06
510/04	Каша перловая вязкая	130	110	2,64	2,24	3,61	3,05	20,66	17,48	125,69	106,35		
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				14,43	13,51	7,38	6,59	39,03	37,51	280,29	263,42	1,92	1,51
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
741/04	Ватрушка с творогом	75	75	10,45	10,45	3,95	3,95	32,45	32,45	207,19	207,19	0,14	0,14
Ужин				12,71	11,87	10,16	9,47	73,52	63,81	436,27	387,99	14,15	14,11
ТТК-495н	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
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
ТТК - 181а	Макароны отварные	130	110	4,60	3,89	4,30	3,63	31,60	26,74	183,46	155,24		
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		
Итого стоимость питания в день		177,47 руб.	140,91 руб.										
Вт, 24 марта 26				71,58	53,93	66,09	53,58	227,18	188,85	1 789,91	1 453,18	165,74	140,28
Завтрак				8,28	6,27	9,64	8,24	41,45	31,29	285,70	224,28	2,05	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		
161/04	Суп молочный с рисом	200	150	3,76	2,82	3,78	2,84	15,74	11,80	111,99	84,00	1,30	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				21,36	16,72	35,02	27,22	82,56	68,64	730,86	586,38	93,21	68,61
52/11	Салат из свеклы отварной	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	150/10	2,22	1,73	4,55	3,79	8,76	6,66	84,90	67,68	27,81	20,87

303	Запеканка картофельная с мясом "По-домашнему" с маслом	180/5	130/5	14,32	10,36	26,76	20,34	23,58	17,05	392,46	292,71	58,74	42,42
	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		
698/04	Полдник			4,54	3,93	4,05	3,51	6,48	5,62	80,51	69,78	1,30	1,12
	Ацидофилин	150	130	4,54	3,93	4,05	3,51	6,48	5,62	80,51	69,78	1,30	1,12
ТТК-495н	Ужин			36,90	26,51	17,38	14,61	86,59	73,20	650,44	530,34	66,78	66,55
ТТК-1019	Десерт фруктовый Апельсин	110	110	0,99	0,99			9,24	9,24	40,92	40,92	66,00	66,00
	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, 25 марта 26													
Завтрак				67,37	58,85	60,6	52,94	229,2	195,51	1 731,65	1 493,8	48,97	38,07
3/04	Бутерброд с сыром			13,06	10,25	11,16	9,42	53,48	40,42	366,63	287,47	2,58	2,05
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	30/5	20/5	3,38	2,73	1,98	1,78	11,70	7,80	78,13	58,13	0,04	0,04
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	200/3	150/3	6,63	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,50	149,34	1,37	1,03
Второй завтрак		180	150	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			0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
	Обед	100	100	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
ТТК-359н	Винегрет из овощей (без лука)	50	40	31,31	27,18	22,64	18,23	103,77	89,23	744,03	629,67	41,72	31,79
133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	1,08	0,86	3,89	3,12	4,27	3,41	56,43	45,15	10,00	8,00
ТТК-101н	Котлеты "Любимые"	75	50	2,26	1,69	1,92	1,44	12,12	9,09	74,83	56,11	31,69	23,77
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	8,93	7,98	11,85	9,36	7,65	6,84	172,91	143,50		
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	14,70	12,44	4,32	3,65	32,42	27,44	227,34	192,37		
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
	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			3,98	3,06	3,43	2,64	6,58	5,06	73,10	56,23	1,78	1,37
Ужин		130	100	3,98	3,06	3,43	2,64	6,58	5,06	73,10	56,23	1,78	1,37
340/04	Омлет натуральный			18,52	17,86	23,37	22,65	55,27	50,70	505,49	478,03	0,49	0,46
ТТК-187а	Каша гречневая вязкая	105	105	10,12	10,12	12,78	12,78	1,51	1,51	161,50	161,50	0,39	0,39
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	130	110	3,98	3,37	4,64	3,93	21,48	18,18	143,60	121,51		
	Хлеб "Рябинушка"	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 "Дарницкий"	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, 26 марта 26													
Завтрак				73,18	58,74	65,55	53,43	265,27	225,19	1 943,71	1 616,52	108,32	83,27
2/04	Бутерброд с повидлом			10,79	8,16	11,03	9,82	71,40	55,23	428,13	341,91	2,16	1,70
311/04	Каша молочная кукурузная с маслом	30/10/5	20/10/5	2,00	1,35	4,22	4,03	17,63	13,73	116,54	96,54	0,10	0,10
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	200/3	150/3	6,27	4,71	5,17	4,42	39,83	29,88	230,98	178,20	1,31	0,98
Второй завтрак		180	150	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			0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
	Обед	100	100	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
ттк-996	Салат "Бобовое зёрнышко"			36,62	30,11	16,75	13,30	99,58	85,71	695,50	582,97	29,65	22,87
132/04	Рассольник ленинградский со сметаной	50	40	1,21	0,97	2,58	2,06	5,31	4,25	49,28	39,42	6,44	5,15
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	200/10	150/5	2,83	2,06	4,56	3,05	11,66	8,65	99,05	70,29	21,77	16,32
ТТК - 181а	Макароны отварные	50/50	40/50	23,64	18,98	4,60	3,86	3,79	3,70	151,08	125,43	1,29	1,29
ТТК-258к	Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка	130	110	4,59	3,88	4,29	3,63	31,56	26,70	183,26	155,06		
	Хлеб "Рябинушка"	200	150	0,51	0,38	0,08	0,06	19,38	14,53	80,23	60,17	0,15	0,11
	Хлеб "Дарницкий"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Полдник	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14		
				8,00	7,38	16,64	15,40	35,15	34,31	322,37	305,39	0,46	0,40

Ряженка	150	130	4,64	4,02	9,27	8,03	6,33	5,49	127,31	110,33	0,46	0,40
Булочка дрожная	50	50	3,36	3,36	7,37	7,37	28,82	28,82	195,06	195,06		
Ужин			17,27	12,59	21,13	14,91	49,04	39,84	455,31	343,85	73,65	55,90
Котлеты "Челнинские"	75	50	12,09	8,06	17,09	11,42	9,30	6,20	239,33	159,79	0,56	0,37
Пюре картофельное	75	75	1,76	1,76	2,31	2,31	8,10	8,10	60,22	60,22	21,57	21,57
Капуста тушеная	55	35	1,63	1,03	1,49	0,95	6,42	4,08	45,57	29,00	48,22	30,69
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	177,47 руб.	140,91 руб.										
Пт, 27 марта 26			60,03	48,73	57,5	46,94	229,03	192,44	1 673,85	1 387,13	58,8	49,25
Завтрак			18,56	15,41	17,11	15,71	64,56	48,75	486,56	398,03	2,48	1,96
Бутерброд с маслом	30/5	20/5	2,00	1,35	4,22	4,03	11,77	7,87	93,10	73,11		
Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	7,99	6,00	5,33	4,54	37,51	28,14	230,02	177,48	1,31	0,98
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
Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
Обед			19,27	12,53	24,97	17,17	89,88	74,71	661,34	503,47	34,10	25,50
Салат "Сельский"	50	40	1,30	1,04	7,05	5,64	3,76	3,01	83,73	66,98	7,48	5,99
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	150/5	2,04	1,47	4,52	3,01	11,37	8,44	94,33	66,74	24,28	18,20
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
Каша рисовая вязкая	130	110	2,00	1,69	3,58	3,03	19,91	16,85	119,85	101,41		
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			3,98	3,06	3,43	2,64	6,58	5,06	73,10	56,23	1,78	1,37
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			17,72	17,23	11,99	11,42	57,91	53,82	410,45	387,00	18,04	18,02
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
Тефтели из птицы с соусом томатным	60/30	60/30	12,60	12,60	7,54	7,54	12,02	12,02	166,34	166,34	3,94	3,94
Каша ячневая вязкая	130	110	2,84	2,40	3,66	3,10	18,29	15,47	117,47	99,40		
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	177,47 руб.	140,91 руб.										
Итого			335,35	275,39	300,7	251,19	1 232,7	1 044,1	8 978,65	7 538,53	436,04	357,16

ТАМИНЫ,

МГ

С С

ет. Ясли

ад

1,05 227,15

,21 45,43