

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 24.04.2023г. по 28.04.2023 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
<b>Пн, 24 апреля 23</b>				48,68	41,69	57,58	49,59	238,1	192,9	1 665,37	1 384,63	72,04	58,29
<b>Завтрак</b>				16,63	13,68	18,00	16,14	51,16	37,12	433,18	348,46	4,84	3,63
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 "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-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17	2,55	1,91
<b>Второй завтрак</b>				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
<b>Обед</b>				20,64	19,18	25,76	24,14	105,44	91,52	736,16	660,08	50,22	39,30
ТТК-357н	Салат "Калуста 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
133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	5,90	5,33	4,26	3,78	12,12	9,09	110,45	91,74	31,69	23,77
ТТК-652к; 587/04	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	50/50	5,36	5,36	14,30	14,30	8,84	8,84	185,51	185,51	3,53	3,53
516/04	Макаронные изделия отварные	130	110	4,64	3,93	3,78	3,20	31,67	26,79	179,30	151,72		
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		
<b>Полдник</b>				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
<b>Ужин</b>				6,93	5,27	10,39	6,67	64,82	49,10	380,53	277,46	12,80	11,59
ТТК-1019	Десерт фруктовый Яблоко	120	110	0,48	0,44	0,48	0,44	10,80	9,90	49,44	45,32	12,00	11,00
ТТК-437	Сырники "Домашние" из творога с соусом сметанным "Сластёна"	150/50	100/30	3,28	2,07	8,43	5,07	36,62	23,67	235,48	148,57	0,05	0,03
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
	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>		146,5 руб.	116,32 руб.										
<b>Вт, 25 апреля 23</b>				66,6	54,21	62,16	51,5	250,75	210,2	1 828,96	1 521,18	100,59	80,87
<b>Завтрак</b>				14,59	11,04	13,91	12,02	79,94	61,47	503,30	398,24	5,86	4,73
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
302/04	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-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,09	2,58	2,57	2,14	15,74	13,11	98,39	81,99	3,63	3,03
<b>Второй завтрак</b>				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
<b>Обед</b>				26,04	19,07	27,07	19,97	79,40	66,05	665,45	520,26	84,00	65,73
612/04	Маринад овощной с томатом	50	40	0,79	0,63	5,05	4,04	5,30	4,24	69,83	55,87	4,24	3,39

34/185 2 219.

35/192 2 223.

124/04	Ши из свежей капусты с картофелем с мякотью птицы со сметаной	200/15/10	150/15/5	7,87	7,23	8,18	7,04	7,27	5,06	134,19	112,52	40,95	30,09
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	3,05	2,58	4,00	3,38	14,04	11,88	104,38	88,32	37,40	31,64
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		
	<b>Полдник</b>			4,50	3,30	3,88	2,85	6,21	4,55	77,78	57,04	1,09	0,80
698/04	Кефир	150	110	4,50	3,30	3,88	2,85	6,21	4,55	77,78	57,04	1,09	0,80
	<b>Ужин</b>			20,97	20,30	17,30	16,66	75,10	68,03	540,03	503,24	7,24	7,21
ттк-396	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
510/04	Каша гречневая вязкая	130	110	4,03	3,41	4,12	3,49	21,54	18,23	139,36	117,92		
686/04	Чай с лимоном с печ. сахарн в ассорт.	200/7/17	150/7/17	2,82	2,77	5,46	5,45	31,60	27,84	186,87	171,52	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>	146,5 руб.	116,32 руб.										
	<b>Ср, 26 апреля 23</b>			63,59	56,58	45,95	39,24	236,93	191,22	1 615,71	1 344,35	53,71	42,55
	<b>Завтрак</b>			13,20	9,97	16,07	13,83	66,15	49,55	462,07	362,47	3,04	2,34
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 манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	8,21	6,17	6,88	5,71	36,35	27,27	240,19	185,11	2,29	1,72
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62
	<b>Второй завтрак</b>			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
	<b>Обед</b>			33,55	31,49	16,92	13,87	96,63	76,09	673,00	555,19	34,39	25,36
110/04	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
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	27,43	26,01	11,70	10,18	40,45	27,10	376,85	304,12	3,45	2,30
ТТК-294н	Огурец свежий порциями (доп гарнир)	15	10	0,12	0,08	0,02	0,01	0,38	0,26	2,16	1,44	1,53	1,02
ТТК-265н	Компот "Фруктово-ягодный" из красной смородины	200	150	0,12	0,09	0,04	0,03	16,55	12,41	67,06	50,29	5,13	3,84
	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>			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
	<b>Ужин</b>			12,36	11,56	9,53	8,90	57,47	50,42	365,14	328,06	12,10	11,08
	Десерт фруктовый Яблоко	120	110	0,48	0,44	0,48	0,44	10,80	9,90	49,44	45,32	12,00	11,00
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
516/04	Макаронные изделия отварные	130	110	4,64	3,93	3,78	3,20	31,67	26,79	179,30	151,72		
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		
	<b>Итого стоимость питания в день</b>	146,5 руб.	116,32 руб.										
	<b>Чт, 27 апреля 23</b>			62,85	50,04	62,69	46,9	261,42	215,79	1 861,25	1 485,28	106,07	92,79
	<b>Завтрак</b>			14,67	11,43	13,86	10,33	58,90	44,16	419,04	315,33	3,81	2,97
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
ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	200/5	150/3	7,94	5,95	9,10	6,28	28,20	21,14	226,45	164,87	2,60	1,95
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
	<b>Второй завтрак</b>			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
	<b>Обед</b>			34,26	27,04	29,67	20,85	108,35	90,78	837,41	658,82	29,75	22,57
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
132/04	Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	150/5	2,56	1,85	4,56	3,05	11,59	8,60	97,67	69,23	21,77	16,31
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
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-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		
698/04	Полдник Простокваша	150	110	4,59	3,37	3,96	2,90	6,49	4,76	79,92	58,61	1,27	0,93
	Ужин			4,59	3,37	3,96	2,90	6,49	4,76	79,92	58,61	1,27	0,93
240/10	Десерт фруктовый Апельсин	105	100	8,83	7,70	15,20	12,82	77,58	65,99	482,48	410,12	68,84	63,92
ТТК-253н	Пудинг из творога с яблоками с соусом сметанным Сластина	150/30	100/30	3,05	2,16	9,56	7,19	24,88	18,11	197,77	145,78	5,75	3,85
	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>		146,5 руб.	116,32 руб.										
<b>Пт, 28 апреля 23</b>													
<b>Завтрак</b>													
				58,52	50,08	66,72	54,57	250,31	213,13	1 835,86	1 543,81	128,74	102,96
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	18,71	15,45	18,46	16,63	67,95	50,87	512,80	414,89	2,99	2,30
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	2,27	1,53	4,49	4,21	15,49	10,35	111,49	85,37		
ТТК-301	Каша молочная "Дружба" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	8,40	6,30	7,29	6,01	38,52	28,90	253,26	194,91	2,24	1,68
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>													
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
<b>Обед</b>													
ТТК-359н	Винегрет из овощей (без лука)	50	40	26,06	22,01	34,15	27,25	79,54	66,81	729,82	600,43	80,57	61,12
148/04	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	0,99	0,80	3,89	3,12	4,24	3,39	56,00	44,80	10,00	8,00
ТТК-393	Голубцы с мясом и рисом "Ленивые"	200	150	8,06	7,50	7,18	6,67	11,17	8,38	141,55	123,51	2,22	1,85
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	12,67	9,50	22,42	16,80	16,82	12,59	319,75	239,58	68,32	51,25
	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		
<b>Полдник</b>													
697/04	Молоко кипяченое	130	100	8,41	7,49	5,87	5,08	53,46	51,94	300,31	283,44	2,08	1,67
ТТК-458	Ватрушка с повидлом	75	75	3,98	3,06	3,43	2,64	6,58	5,06	73,10	56,23	1,78	1,37
<b>Ужин</b>													
ТТК 491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая	2/40		4,84	4,63	8,24	5,61	39,26	33,41	250,53	202,65	40,70	35,47
ТТК-491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ(огурцы сол)		40/10			4,00				35,96			
520/04	Пюре картофельное	130	110		0,31		2,00		0,07		19,49		0,56
686/04	Чай с лимоном	200/7	150/7	3,05	2,58	4,00	3,38	14,04	11,88	104,38	88,32	37,40	31,64
	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
<b>Итого стоимость питания в день</b>		146,5 руб.	116,32 руб.										
<b>Итого</b>													
				300,24	252,6	295,1	241,8	1 237,5	1 023,2	8 807,15	7 279,25	461,15	377,46