

"УТВЕРЖД "УТВЕРЖДАЮ"  
 Генеральны Генеральный директор  
 питание" ООО "Школьное питание"  
 Мусина  Р.И.Мусина

**ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ с 11.08.2025г. по 15.08.2025**

Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, Дет. сад	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность Дет. сад	Вита мины, С
		Белки	Жиры	Углево ды		
		Дет. сад	Дет. сад	Дет. сад		
<b>Пн, 11 августа 25</b>						
<b>Завтрак</b>						
Бутерброд с сыром	30/5					
Яйцо вареное	1 шт	5,52	5,04		67,44	
Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	6,63	6,66	26,50	192,50	1,37
Чай "Витаминный" полусладкий	200	0,76	0,06	17,62	74,06	0,09
<b>Второй завтрак</b>						
Сок фруктовый разливной	100	0,50		10,10	42,40	2,40
<b>Обед</b>						
Салат из белокочанной капусты	50	0,97	2,55	5,24	47,83	29,89
Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	1,76	1,88	9,42	61,65	24,06
Котлеты "Челнинские"	75	12,09	17,09	9,30	239,33	0,56
Макароны отварные	130	4,60	4,30	31,60	183,46	
Напиток "Лимонный"	200	0,14	0,02	24,43	98,45	6,40
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1,52	0,18	9,94	47,46	
Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	2,32	0,46	17,94	85,14	
<b>Полдник</b>						
Молоко кипяченое	130	3,98	3,43	6,58	73,10	1,78
<b>Ужин</b>						
Десерт фруктовый Мандарин	85	0,68	0,17	6,38	29,75	32,30
Пудинг из творога"Пышка" с повидлом	150/30	21,87	12,46	50,27	400,68	0,75
Чай полусладкий с молоком	200	1,65	1,30	7,46	48,15	0,75
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1,52	0,18	9,94	47,46	
<b>Итого стоимость питания в день</b>						
	158,45 руб.					
<b>Вт, 12 августа 25</b>						
		61,26	52,52	232,24	1 646,67	67,52

<b>Завтрак</b>			10,69	12,20	53,28	365,71	4,94
	Бутерброд с маслом	30/5	0,05	3,62	0,07	33,10	
	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	7,55	6,01	37,47	234,22	1,31
	Какао с молоком полусладкое	180	3,09	2,57	15,74	98,39	3,63
<b>Второй завтрак</b>			0,50		10,10	42,40	2,40
	Сок фруктовый разливной	100	0,50		10,10	42,40	2,40
<b>Обед</b>			25,84	19,33	87,48	627,17	51,86
	Суп "Гречишное зернышко" с мякотью птицы	200/15	8,12	6,88	12,22	143,23	17,21
	Палочки рыбо-крупяные из минтая	2/40	10,75	7,84	15,74	176,51	1,73
	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ.(мексик см)						
	Помидоры свежие	35	0,18		1,43	6,43	4,82
	Пюре картофельное	130	2,45	3,95	10,78	88,48	28,07
	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	0,50	0,02	19,43	79,92	0,03
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	2,32	0,46	17,94	85,14	
<b>Полдник</b>			4,50	3,88	6,21	77,78	1,09
	Кефир	150	4,50	3,88	6,21	77,78	1,09
<b>Ужин</b>			19,73	17,11	75,17	533,61	7,23
	Тефтели из птицы с соусом томатным	60/30	12,60	7,54	12,01	166,29	3,93
	Каша перловая вязкая	130	2,64	3,61	20,66	125,69	
	Чай с лимоном с печеньем сахарным в ассортименте	200/7/18	2,97	5,78	32,56	194,17	3,30
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1,52	0,18	9,94	47,46	
<b>Итого стоимость питания в день</b>		158,45 руб.					
<b>Ср, 13 августа 25</b>			63,43	52,95	236,87	1 677,7	115,59
<b>Завтрак</b>			8,94	13,44	47,35	346,15	2,12
	Бутерброд с маслом	30/5	0,05	3,62	0,07	33,10	
	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	6,17	5,12	32,97	202,66	1,37
	Кофейный напиток полусладкий	180	2,72	4,70	14,31	110,39	0,75
<b>Второй завтрак</b>			0,50		10,10	42,40	2,40
	Сок фруктовый разливной	100	0,50		10,10	42,40	2,40
<b>Обед</b>			34,46	16,99	104,96	710,49	29,25
	Салат из моркови с сахаром	50	0,78	0,06	6,64	30,20	3,00
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	1,91	4,51	10,67	90,91	22,69
	Плов "Золотой петушок"	50/150	27,42	11,70	40,39	376,55	3,41
	Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка	200	0,51	0,08	19,38	80,23	0,15
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	2,32	0,46	17,94	85,14	
<b>Полдник</b>			8,53	7,10	36,47	243,95	1,97
	Молоко кипяченое	130	3,98	3,43	6,58	73,10	1,78
	Булочка "Детская "	50	4,55	3,67	29,89	170,85	0,19
<b>Ужин</b>			11,00	15,42	37,99	334,71	79,85
	Десерт фруктовый Мандарин	85	0,68	0,17	6,38	29,75	32,30

Яйцо вареное	1 шт	5,52	5,04		67,44	
Картофель "По-деревенски"	130	3,08	9,98	16,61	168,56	47,45
Чай полусладкий	200	0,20	0,05	5,06	21,50	0,10
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1,52	0,18	9,94	47,46	
<b>Итого стоимость питания в день</b>	158,45 руб.					
<b>Чт, 14 августа 25</b>		83,57	60,84	268,82	1 957,17	84,54
<b>Завтрак</b>		11,04	7,85	52,79	326,02	2,48
Бутерброд с сыром	30/5					
Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	7,99	5,33	37,51	230,02	1,31
Какао с молоком полусладкое	180	3,05	2,52	15,28	96,00	1,17
<b>Второй завтрак</b>		0,50		10,10	42,40	2,40
Сок фруктовый разливной	100	0,50		10,10	42,40	2,40
<b>Обед</b>		33,19	29,00	107,18	822,45	45,17
Салат " Свежесть "	50	1,13	2,56	5,43	49,27	37,50
Суп лапша домашняя с мяк. птицы и зеленью	200/15/1	8,06	7,18	11,15	141,51	3,19
Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	5,36	14,30	8,82	185,43	3,52
Пюре из бобовых "Янтарное"	130	14,70	4,32	32,42	227,34	
Кисель из концентрата полусладкий	200	0,10		21,48	86,30	0,96
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1,52	0,18	9,94	47,46	
Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	2,32	0,46	17,94	85,14	
<b>Полдник</b>		4,59	3,96	6,49	79,92	1,27
Простокваша	150	4,59	3,96	6,49	79,92	1,27
<b>Ужин</b>		34,25	20,03	92,26	686,38	33,22
Десерт фруктовый Мандарин	85	0,68	0,17	6,38	29,75	32,30
Запеканка "Сладкоежка" с соусом сметанным "Сластена"	150/15	28,59	13,90	41,04	403,68	0,83
Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным	200/18	3,46	5,78	34,90	205,49	0,09
Хлеб "Рябинушка"	1/20	1,52	0,18	9,94	47,46	
<b>Итого стоимость питания в день</b>	158,45 руб.					
<b>Пт, 15 августа 25</b>		47,88	53,11	195,12	1 450,07	68,02
<b>Завтрак</b>		15,41	15,51	53,71	416,16	2,03
Бутерброд с маслом	30/5	0,05	3,62	0,07	33,10	
Яйцо вареное	1 шт	5,52	5,04		67,44	
Каша молочная ячневая с маслом	200/3	7,32	5,21	39,70	235,01	1,28
Кофейный напиток полусладкий	180	2,52	1,64	13,94	80,61	0,75
<b>Второй завтрак</b>		0,50		10,10	42,40	2,40
Сок фруктовый разливной	100	0,50		10,10	42,40	2,40
<b>Обед</b>		19,51	23,26	84,49	625,36	28,83
Суп крестьянский с крупой со сметаной	200/5	1,72	4,96	7,50	81,58	24,50
Зразы "Школьные"	60	7,84	12,97	7,43	177,80	1,24
Каша гречневая вязкая	130	3,98	4,64	21,48	143,60	
Огурец свежий порциями	30	1,63	0,03	0,77	9,86	3,06
Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	0,50	0,02	19,43	79,92	0,03

	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	2,32	0,46	17,94	85,14	
	<b>Полдник</b>		3,98	3,43	6,58	73,10	1,78
	Молоко кипяченое	130	3,98	3,43	6,58	73,10	1,78
	<b>Ужин</b>		8,48	10,91	40,24	293,05	32,98
	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	4,24	6,72	4,24	94,38	1,61
	Пюре картофельное	130	2,45	3,95	10,78	88,48	28,07
	Чай с лимоном	200/7	0,27	0,06	15,28	62,73	3,30
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	<b>Итого стоимость питания в день</b>	158,45 руб.					
	<b>Итого</b>		322,65	275,2	1 175,77	8 470,47	436,02

	Масса порции,	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность	Витамины,
	Дет. сад	Белки	Жиры	Углеводы	Дет. сад	С
		Дет. сад	Дет. сад	Дет. сад		Дет. сад
<b>ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:</b>		268,00	298,00	1301,50	9007,50	249,00
<b>В среднем в день:</b>		53,60	59,60	260,30	1 801,50	49,80

согласно СанПиН 2.3./2.4.3590 - 20 "Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях"

возраст детей	энергетическая ценность,	белки, г	углеводы, г
3-7 лет	1800	54	261

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству



