

1,3 группа

10 группа: сады № 22, 33, 36, 37, 38, 67, 71, 74, 77, 79, 81, 102, 122
 13 группа: сады № 4, 6, 13, 32, 43, 47, 63, 84, 88, 89, 91, 101, 116
 15 группа: сады № 1, 3, 5, 11, 24, 25, 42, 48, 58, 90, 99, 119, 85
 16 группа: сады № 2, 45, 55, 56, 59, 60, 68, 68Ф, 76, 87, 95, 100, 117, 130
 19 группа: сады № 15, 19, 23, 57, 107, 112, 113, 124, 125, 126, 127, 128, 129, 119

"УТВЕРЖДАЮ"
 Генеральный директор

ООО "Школьное питание"
 Р.И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

№ ДОУ
 К.Р. Заб. Закировой Р.А.
 (ФИО руководителя)
 (подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ с 16.09.2024г. по 20.09.2024 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, 16 сентября 24 | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| 3/04 | Бутерброд с сыром | 30/5 | 20/5 | 13,54 | 10,35 | 58,51 | 45,46 | 39,67 | 269,31 | 229,08 | 1766,11 | 1507,4 | 64,49 | 54,07 |
| 311/04 | Каша молочная манная (жидкая) с маслом | 200/3 | 150/3 | 3,68 | 2,94 | 2,24 | 2,24 | 1,95 | 15,42 | 10,28 | 384,93 | 291,68 | 3,08 | 2,32 |
| ТТК-437 | Чай полусладкий с молоком | 200 | 150 | 8,21 | 6,17 | 6,88 | 5,71 | 36,35 | 27,27 | 240,19 | 185,11 | 70,46 | 0,04 | 0,04 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| 707/04 | Сок фруктовый разливной | 100 | 100 | 1,65 | 1,24 | 1,30 | 0,98 | 7,46 | 5,59 | 48,15 | 36,11 | 42,40 | 0,75 | 0,56 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | |
| 20/10 | Салат из свежей капусты | 50 | 40 | 0,50 | 0,50 | 14,64 | 12,02 | 10,10 | 10,10 | 10,10 | 42,40 | 42,40 | 2,40 | 2,40 |
| 139/04 | Суп картофельный с бобовыми | 200 | 150 | 35,82 | 29,37 | 0,97 | 0,77 | 2,55 | 2,04 | 91,89 | 79,00 | 642,63 | 44,08 | 34,87 |
| ТТК-53к | Мякоть птицы тушенная в соусе | 50/50 | 40/50 | 4,73 | 3,55 | 3,24 | 2,43 | 13,69 | 10,27 | 5,24 | 4,19 | 47,83 | 38,26 | 29,89 |
| 510/04 | Каша перловая вязкая | 130 | 110 | 23,64 | 18,97 | 4,60 | 3,86 | 3,76 | 3,68 | 102,89 | 77,17 | 125,32 | 12,92 | 9,69 |
| ТТК-268н | Компот "Плодово-ягодный" из изюма | 200 | 150 | 2,64 | 2,24 | 3,61 | 3,05 | 20,66 | 17,48 | 125,69 | 106,35 | 106,35 | 1,27 | 1,27 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | |
| 697/04 | Молоко кипяченое | 130 | 100 | 1,52 | 1,52 | 0,18 | 0,18 | 0,18 | 0,18 | 9,94 | 9,94 | 47,46 | 1,78 | 1,37 |
| 470/10 | Булочка дорожная | 50 | 50 | 2,32 | 2,32 | 0,46 | 0,46 | 17,94 | 17,94 | 85,14 | 85,14 | 251,29 | 1,78 | 1,37 |
| Ужин | | | | | | | | | | | | | | |
| ТТК-495н | Десерт фруктовый Яблоко | 130 | 130 | 7,34 | 6,42 | 10,80 | 10,01 | 35,40 | 33,88 | 268,16 | 268,16 | 56,23 | 13,15 | 13,11 |
| 337/04 | Яйцо вареное | 1 шт | 1 шт | 3,98 | 3,06 | 3,36 | 3,36 | 7,37 | 28,82 | 5,06 | 73,10 | 195,06 | 13,00 | 13,00 |
| 516/04 | Макаронные изделия отварные | 130 | 110 | 12,71 | 11,87 | 9,60 | 9,00 | 72,69 | 62,96 | 427,99 | 380,35 | 53,56 | 67,44 | 67,44 |
| ТТК-258к | Напиток "Плодово-ягодный" из урюка | 200 | 150 | 0,52 | 0,52 | 5,04 | 5,04 | 11,70 | 11,70 | 67,44 | 67,44 | 151,72 | 0,15 | 0,11 |
| Итого стоимость питания в день | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 152,36 руб. | 120,97 руб. | 71,98 | 55,56 | 64,92 | 51,92 | 246,7 | 200,4 | 1859,06 | 1490,98 | 107,92 | 83,86 | 83,86 |
| Вт, 17 сентября 24 | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| 1/04 | Бутерброд с маслом | 30/5 | 20/5 | 13,01 | 9,80 | 12,98 | 11,26 | 72,48 | 54,27 | 458,90 | 357,60 | 2,93 | 2,26 | 2,26 |
| 311/04 | Каша молочная кукурузная с маслом | 200/3 | 150/3 | 2,27 | 1,53 | 4,49 | 4,21 | 15,49 | 10,35 | 111,49 | 85,37 | 205,06 | 2,18 | 1,64 |
| ТТК-343н | Кофейный напиток полусладкий | 180 | 150 | 8,22 | 6,17 | 6,85 | 5,68 | 43,05 | 32,30 | 266,80 | 205,06 | 67,17 | 0,75 | 0,62 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| 707/04 | Сок фруктовый разливной | 100 | 100 | 2,52 | 2,10 | 1,64 | 1,37 | 13,94 | 11,62 | 80,61 | 67,17 | 42,40 | 2,40 | 2,40 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | |
| 52/11 | Салат из свеклы отварной | 50 | 40 | 0,50 | 0,50 | 16,14 | 35,00 | 26,46 | 78,55 | 65,50 | 712,19 | 564,64 | 87,62 | 64,58 |
| 135/04 | Суп из овощей со сметаной | 200/10 | 150/5 | 0,91 | 0,73 | 3,06 | 2,45 | 5,33 | 4,27 | 52,49 | 41,99 | 6,06 | 4,85 | 4,85 |
| | | 2,09 | 1,51 | 4,54 | 3,03 | 8,05 | 5,97 | 81,41 | 57,16 | 81,41 | 57,16 | 25,86 | 19,40 | 19,40 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------|--------------------------------------------------------|--------------------|--------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-----------------|-----------------|--------------|--------------|
| ТТК-393 | Запеканка картофельная с мясом "По-домашнему" с маслом | 180/5 | 130/5 | 13,80 | 9,97 | 26,72 | 20,31 | 20,74 | 14,97 | 378,63 | 282,60 | 50,57 | 36,49 |
| ТТК-265н | Компот "Плодово-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 | 1,30 | 1,12 |
| 698/04 | Полдник | 150 | 130 | 4,54 | 3,93 | 4,05 | 3,51 | 6,48 | 5,62 | 80,51 | 69,78 | 1,30 | 1,12 |
| | Ацидофилин | | | 4,54 | 3,93 | 4,05 | 3,51 | 6,48 | 5,62 | 80,51 | 69,78 | 1,30 | 1,12 |
| | Ужин | | | 33,17 | 25,19 | 12,89 | 10,69 | 79,09 | 64,91 | 565,06 | 456,56 | 13,67 | 13,50 |
| ТТК-495н | Десерт фруктовый Яблоко | 130 | 130 | 0,52 | 0,52 | 0,52 | 0,52 | 11,70 | 11,70 | 53,56 | 53,56 | 13,00 | 13,00 |
| ТТК-302н | Галушки "Снежок" | 200 | 150 | 30,93 | 23,00 | 12,14 | 9,95 | 52,39 | 39,48 | 442,54 | 339,42 | 0,57 | 0,42 |
| 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 | | |
| | Итого стоимость питания в день | 152,36 руб. | 120,97 руб. | 78,69 | 66,47 | 73,36 | 61,77 | 240,69 | 201,85 | 1 937,69 | 1 629,07 | 33,36 | 26,3 |
| | Ср, 18 сентября 24 | | | | | | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| 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 |
| 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-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 | | | | | | | | | | | | |
| 707/04 | Сок фруктовый разливной | 100 | 100 | 0,50 | 0,50 | | | 10,10 | 10,10 | 42,40 | 42,40 | 2,40 | 2,40 |
| | Обед | | | | | | | | | | | | |
| 14/10 | Салат из свежих помидоров | 50 | 40 | 0,39 | 0,31 | 3,03 | 2,42 | 2,65 | 2,12 | 39,37 | 31,50 | 6,40 | 5,12 |
| ТТК-451 | Суп картофельный клецками с мякотью птицы | 200/15 | 150/15 | 9,03 | 8,23 | 8,61 | 7,74 | 16,79 | 12,57 | 180,76 | 152,86 | 13,69 | 10,43 |
| ТТК-650 | Котлеты "Челнинские" | 75 | 50 | 12,09 | 8,06 | 17,12 | 11,42 | 9,30 | 6,20 | 239,68 | 159,79 | 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-271н | Компот "Плодово-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 | 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 |
| | Полдник | | | | | | | | | | | | |
| | Ужин | | | | | | | | | | | | |
| 340/04 | Омлет натуральный | 105 | 105 | 18,57 | 17,90 | 22,85 | 22,21 | 55,33 | 50,75 | 501,25 | 474,44 | 0,49 | 0,46 |
| 510/04 | Каша гречневая вязкая | 130 | 110 | 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 | 200/18 | 150/18 | 4,03 | 3,41 | 4,12 | 3,49 | 21,54 | 18,23 | 139,36 | 117,92 | | |
| | Хлеб "Рябинушка" | 1/20 | 1/20 | 2,90 | 2,85 | 5,77 | 5,76 | 22,34 | 21,07 | 152,93 | 147,56 | 0,10 | 0,07 |
| | Итого стоимость питания в день | 152,36 руб. | 120,97 руб. | 35,97 | 31,13 | 47,66 | 40,99 | 201,4 | 170,95 | 1 378,47 | 1 177,16 | 83,77 | 70,21 |
| | Чт, 19 сентября 24 | | | | | | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| 2/04 | Бутерброд с повидлом | 30/10/5 | 20/10/5 | 9,55 | 7,20 | 10,32 | 8,71 | 53,15 | 41,22 | 343,69 | 272,08 | 2,15 | 1,70 |
| 161/04 | Суп молочный с пшеном | 200 | 150 | 2,27 | 1,53 | 4,49 | 4,20 | 21,35 | 16,21 | 134,93 | 108,80 | 0,10 | 0,10 |
| ТТК-343н | Кофейный напиток полусладкий | 180 | 150 | 4,76 | 3,57 | 4,19 | 3,14 | 17,86 | 13,39 | 128,15 | 96,11 | 1,30 | 0,98 |
| | Второй завтрак | | | | | | | | | | | | |
| 707/04 | Сок фруктовый разливной | 100 | 100 | 0,50 | 0,50 | | | 10,10 | 10,10 | 42,40 | 42,40 | 2,40 | 2,40 |
| | Обед | | | | | | | | | | | | |
| 62/11 | Салат из моркови с сахаром | 50 | 40 | 16,87 | 15,31 | 23,37 | 21,27 | 94,43 | 82,27 | 655,54 | 581,64 | 25,41 | 20,08 |
| 132/04 | Рассольник ленинградский со сметаной | 200/10 | 150/5 | 0,78 | 0,62 | 0,06 | 0,05 | 6,64 | 5,31 | 30,20 | 24,16 | 3,00 | 2,40 |
| ТТК-652; 587/04 | Фрикадельки "Особые" с соусом томатным | 50/50 | 50/50 | 2,36 | 1,71 | 4,55 | 3,04 | 10,56 | 7,83 | 92,64 | 65,49 | 18,86 | 14,14 |
| 510/04 | Каша пшеничная вязкая | 130 | 110 | 5,36 | 5,36 | 14,30 | 14,30 | 8,82 | 8,82 | 185,43 | 185,43 | 3,52 | 3,52 |
| ТТК-257н | Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов | 200 | 150 | 4,03 | 3,41 | 3,80 | 3,22 | 21,10 | 17,86 | 134,75 | 114,02 | 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 | 1,09 | 0,94 |
| 698/04 | Полдник | 150 | 130 | 4,50 | 3,90 | 3,88 | 3,36 | 6,21 | 5,38 | 77,78 | 67,41 | 1,09 | 0,94 |
| | Кефир | | | 4,50 | 3,90 | 3,88 | 3,36 | 6,21 | 5,38 | 77,78 | 67,41 | 1,09 | 0,94 |

