

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"

В.П. Гусева

"СОГЛАСОВАНО"

(№ ДОУ) *С.В. Федорова*
(ФИО руководителя)

(ПОДПИСЬ)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ с 05.12.2022г. по 09.12.2022 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				
Пн, 05 декабря 22													
Завтрак													
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	9,06	6,63	11,20	42,28	226,81	177,92	1 480,2	1 208,87	70,22	51,94
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	2,27	1,53	4,49	4,21	15,49	10,35	328,22	252,88	3,92	2,94
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	149,34	1,37	1,03
Второй завтрак													
707/04	Сок фруктовый разливной	170	130	0,09	0,65			17,17	13,13	69,02	55,12	3,40	3,12
Обед													
ТТК-1025	Салат "Радужный"	50	40	1,28	1,02	2,59	2,07	5,59	4,48	50,84	40,67	5,01	4,00
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	150/5	1,84	1,41	3,76	3,01	6,69	5,06	68,00	53,00	39,03	29,28
ТТК-652; 587/04	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	50/50	5,36	5,36	14,30	14,30	8,82	8,82	185,43	185,43	3,52	3,52
510/04	Каша перловая вязкая	130	100	2,64	2,03	3,61	2,77	20,66	15,89	125,69	96,68		
ТТК-268н	Компот "Плодово-ягодный" из изюма	200	150					20,66	15,50	82,64	61,98		
Полдник													
697/04	Молоко кипяченое	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
Ужин													
ТТК-341	Десерт фруктовый Яблоко	130	70	0,52	0,28	0,52	0,28	11,70	6,30	53,56	28,84	13,00	7,00
ТТК-437	Запеканка "Сладкоежка" с соусом сметанным "Сластена"	150/15	100/15	3,08	2,12	7,83	5,63	37,40	25,69	232,36	161,87	0,22	0,15
129,35													
Итого стоимость питания в день													
		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
Вт, 06 декабря 22													
Завтрак													
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
Второй завтрак													
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
Обед													
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	130	100	4,73	3,55	3,24	2,43	13,69	10,27	102,89	77,17	12,92	9,69
				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

ТТК-257н	Напиток "Плодово-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		
	Полдник												
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
	Ужин												
ТТК-66	Салат "Солнышко"	50	40	0,59	0,47	5,09	4,07	7,13	5,70	76,72	61,38	3,49	2,79
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
510/2004	Каша гречневая вязкая с маслом	130/5	130/5	4,08	4,08	7,75	7,75	21,61	21,61	172,47	172,47		
ТТК-475	Чай полуслидкий с печеньем сахарным	200/17	150/17	2,75	2,70	5,46	5,44	21,38	20,11	145,63	140,26	0,10	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	126,79 руб.	100,66 руб.	46,36	40,85	47,54	40,84	219,14	178,13	1 489,81	1 243,37	91,45	71,76
	Ср, 07 декабря 22												
	Завтрак												
2/04	Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	10,96	8,27	11,25	9,96	68,26	52,57	418,20	332,93	2,22	1,75
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	2,27	1,53	4,49	4,20	21,35	16,21	134,93	108,80	0,10	0,10
ТТК-343н	Кофейный напиток полуслидкий	180	150	6,17	4,64	5,12	4,39	32,97	24,74	202,66	156,96	1,37	1,03
	Второй завтрак												
707/04	Сок фруктовый разливной <i>сод лимонный</i>	170	130	0,85	0,65			17,17	13,13	72,08	55,12	4,08	3,12
	Обед												
52/11	Салат из отварной свеклы	50	40	0,91	0,73	3,06	2,45	5,33	4,27	52,49	41,99	6,06	4,85
134/04	Суп крестьянский со сметаной	200/5	150/5	1,77	1,36	4,97	3,91	7,76	5,86	82,81	64,10	25,22	18,92
ТТК-993	Жаркое "По-деревенски"	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-950	Напиток "Лимонный"	200	150	0,14	0,11	0,02	0,01	24,43	18,32	98,45	73,84	6,40	4,80
	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		
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
	Полдник												
	Десерт фруктовый Яблоко	90	90	6,48	5,18	9,64	6,95	47,88	39,23	304,19	240,16	15,57	13,47
40/10, соус 35/1/1	Пудинг из творога с яблоками с соусом молочным сладким	150/15	100/15	2,95	2,06	7,80	5,43	22,38	15,60	171,50	119,51	5,82	3,91
ТТК-437	Чай полуслидкий 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		
	Итого стоимость питания в день	126,79 руб.	100,66 руб.	66,62	48,94	55,49	46,81	267,15	213,21	1 834,56	1 469,98	54,7	39,83
	Чт, 08 декабря 22												
	Завтрак												
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	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
ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	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-198н	Какао с молоком полуслидкое	180	150	3,09	2,98	2,57	2,14	15,74	13,11	98,39	81,99	3,63	3,03
	Второй завтрак												
707/04	Сок фруктовый разливной	170	130	0,09	0,07			17,17	13,13	69,02	52,78	3,40	2,60
	Обед												
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	1,82	1,40	3,76	3,01	10,69	8,06	83,91	64,93	23,25	17,44
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	25/100	27,42	14,42	11,70	6,60	40,39	26,86	376,55	224,56	3,41	2,27
ТТК-2н	Зеленый горошек порциями (доп. гарнир)	15	10	1,02	0,68	0,08	0,05	2,91	1,94	16,44	10,96	2,22	1,48
ТТК-272н	Кисель из концентрата полуслидкий	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		
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
	Полдник												
	Десерт фрунтговый Яблоко	120	70	0,48	0,28	0,48	0,28	10,80	6,30	49,44	28,84	12,00	7,00

286/10; соус 356/11	Тефтели мясные с соусом	60/30	60/30	7,82	7,82	12,12	12,12	10,28	10,28	10,28	181,51	181,51	181,51	2,25	2,25
516/04	Макаронные изделия отварные	130	100	4,64	3,57	3,78	2,91	31,67	24,36	31,67	179,30	179,30	137,92	0,09	0,07
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным	200/17	150/17	3,31	3,12	5,46	5,45	33,94	29,54	33,94	198,19	198,19	179,68		
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	9,94	47,46	47,46			
	Итого стоимость питания в день	126,79 руб.	100,66 руб.												
	Пт, 09 декабря 22														
	Завтрак														
1/04	Бутерброд с маслом			61,57	53,14	65	56,28	239,04	202,4	239,04	1 787,44	1 787,44	1 528,5	171,41	142,35
337/04	Яйцо вареное	30/5	20/5	16,58	13,86	16,34	15,04	69,26	51,85	69,26	490,52	490,52	398,18	2,06	1,60
311/04	Каша молочная кукурузная с маслом	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04	15,49	10,35	15,49	111,49	111,49	85,37		
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	200/3	150/3	6,27	4,71	5,17	4,42	39,83	29,88	39,83	230,98	230,98	178,20	1,31	0,98
	Второй завтрак	180	150	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	13,94	80,61	80,61	67,17	0,75	0,62
698/04	Кефир	100	100	3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	4,14	51,85	51,85	51,85	0,72	0,72
	Обед														
62/11	Салат из моркови с сахаром			28,77	23,11	28,67	21,26	89,13	73,66	89,13	729,54	729,54	578,29	124,25	95,68
148/04	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	50	40	0,78	0,62	0,06	0,05	6,64	5,31	6,64	30,20	30,20	24,16	3,00	2,40
ТТК-739к	Котлеты "Татарские"	200/15	150/15	8,05	7,50	7,18	6,67	11,12	8,34	11,12	141,33	141,33	123,35	2,19	1,83
534/04	Капуста тушеная	75	50	12,09	8,06	17,09	11,06	9,30	6,20	9,30	239,33	239,33	156,55	0,56	0,37
ТТК-271н	Компот "Плодово-ягодный" из свежих яблок	130	100	3,83	2,95	3,52	2,70	15,13	11,64	15,13	107,50	107,50	82,69	113,96	87,67
	Хлеб "Рябинушка"	200	150	0,18	0,14	0,18	0,14	19,06	14,29	19,06	78,58	78,58	58,94	4,54	3,41
	Хлеб "Дарницкий"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	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	17,94	85,14	85,14			
697/04	Молоко кипяченое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	5,06	56,23	56,23	56,23	1,37	1,37
	Ужин														
261/04	Картофельное пюре запеченное с маслом			3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	5,06	56,23	56,23	56,23	1,37	1,37
ТТК-8К	Плюшка "Новомосковская"	150/5	150/5	10,16	10,11	14,76	14,75	71,45	67,69	71,45	459,30	459,30	443,95	43,01	42,98
686/04	Чай с лимоном	50	50	4,19	4,19	3,64	3,64	15,22	15,22	15,22	175,55	175,55	175,55	39,66	39,66
	Хлеб "Рябинушка"	200/7	150/7	0,27	0,22	0,06	0,05	31,01	31,01	31,01	173,56	173,56	173,56	0,05	0,05
	Итого стоимость питания в день	126,79 руб.	100,66 руб.												
	Итого			263,53	216,41	277,69	238,13	1 171,9	956,98	1 171,9	8 241,15	8 241,15	6 836,68	474,85	373,88

	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг	
	Дет. сад	Ясли	Белки		Жиры		Углеводы		Дет. сад	Ясли	С	С
			Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли				
			271,9	210,9	300,2	236,8	1306,7	1017,9	9046,2	7038,2	250,3	225,8
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:			54,37	42,18	60,04	47,36	261,33	203,57	1 809,24	1 407,64	50,05	45,15
В среднем в день:												

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

Г.Н. Мартынова

Н.В. Журавлева

Л. Р. Загидуллина

Мартынова
Журавлева
Загидуллина