

11 группа: сады № 28, 30, 34, 40, 50, 50(ф), 51, 52, 54, 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
 18 группа: сады № 8, 9, 16, 27, 62, 65, 66, 82, 86, 108, 109, 118

УТВЕРЖДАЮ:
 Главный специалист отдела
 дошкольного образования
 Фатхуллина Г.А.

2,4 группа

НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ С 15.10.18г по 19.10.18г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Цена		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
						Белки		Жиры		Углеводы				С	
№ рец.	<u>ПОНЕДЕЛЬНИК 15/10</u>	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
	<u>Завтрак</u>														
3./04	Батон с маслом с сыром	20/5/5	20/5/5	6,68	6,68	2,93	2,93	6,05	6,05	10,40	10,40	107,77	107,77	0,14	0,14
517./04	Макароны отварные с овощами (без перца)	200	150	9,45	7,09	5,19	3,89	4,79	3,59	37,80	28,35	215,00	161,25	0,00	0,00
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,57	0,43	0,18	0,13	0,00	0,00	4,78	3,58	19,90	14,92	0,04	0,03
	Итого			16,70	14,20	8,30	6,95	10,84	9,64	52,98	42,33	342,67	283,94	0,18	0,17
	<u>2 Завтрак</u>														
707./04	Сок разливной	170	170	4,94	4,94	0,00	0,00	0,00	0,00	10,20	10,20	40,80	40,80	3,40	3,40
	Итого			4,94	4,94	0,00	0,00	0,00	0,00	10,20	10,20	40,80	40,80	3,40	3,40
	<u>Обед</u>														
ТТК-424	Салат "Розовые щечки"	60	50	2,80	2,33	0,86	0,72	2,26	1,88	2,90	2,42	35,26	29,38	3,23	2,69
124/04	Щи из свежей капусты с карт. со смет.	200/5	150/5	4,51	3,61	1,74	1,34	4,19	3,33	8,16	6,16	77,30	60,00	14,81	11,12
ТТК-331	Котлеты "Любимые"	75	75	14,57	14,57	9,26	9,26	8,04	8,04	1,27	1,27	175,08	175,08	0,50	0,50
216./04	Картофель тушеный	150	130	9,22	7,99	3,15	2,73	9,60	8,32	27,71	24,02	209,81	181,84	10,92	9,46
ТТК-305	Какао с молоком	180	150	6,10	5,09	2,95	2,46	3,24	2,70	22,82	19,02	132,26	110,22	1,43	1,20
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,11	1,11	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,09	1,83	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			40,40	36,53	22,81	20,95	28,19	20,08	107,74	81,15	785,79	639,84	30,89	24,98
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое	180	180	10,36	10,36	5,31	5,31	4,50	4,50	8,91	8,91	97,38	97,38	2,46	2,46
	Итого			10,36	10,36	5,31	5,31	4,50	4,50	8,91	8,91	97,38	97,38	2,46	2,46
	<u>Ужин</u>														
	Десерт фруктовый "Яблоко"	151	145	7,64	7,34	0,59	0,57	0,00	0,00	14,61	14,03	56,63	54,38	23,85	22,90
388/04	Биточки рыбные	75	75	18,39	18,39	12,26	12,26	9,75	9,75	11,18	11,18	178,90	178,90	0,21	0,21
510./04	Каша рисовая вязкая	130	100	3,57	2,75	1,95	1,50	5,07	3,90	19,89	15,30	132,99	102,30	0,00	0,00
ТТК-317	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов	200	150	1,69	1,27	0,60	0,45	0,00	0,00	31,40	23,55	124,00	93,00	0,45	0,34
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,11	1,11	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			32,40	30,86	17,00	16,38	15,22	14,05	87,08	74,06	546,52	482,58	24,51	23,45
	Итого за день			104,80	96,89	53,42	49,59	58,75	48,27	266,91	216,65	1813,16	1544,54	61,44	54,45

	ВТОРНИК 16 /10														
	<u>Завтрак</u>														
1./04	Батон с маслом	20/5	20/5	4,03	4,03	1,63	1,63	4,70	4,70	10,40	10,40	90,42	90,42	0,00	0,00
337./04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,82	5,82	5,10	5,10	4,60	4,60	0,30	0,30	63,00	63,00	0,00	0,00
161./04	Суп молочный с пшеном	200	150	7,16	5,37	5,76	4,32	6,64	4,98	19,28	14,46	160,00	120,00	0,90	0,67
395/10	Кофейный напиток с молоком	180	150	6,05	4,87	2,85	2,34	2,41	2,00	14,36	10,63	91,00	70,00	1,17	0,98
	Итого			23,06	20,09	15,34	13,39	18,35	16,28	44,34	35,79	404,42	343,42	2,07	1,65
	<u>2 Завтрак</u>														
707./04	Сок разливной	170	170	4,94	4,94	0,00	0,00	0,00	0,00	10,20	10,20	40,80	40,80	3,40	3,40
	Итого			4,94	4,94	0,00	0,00	0,00	0,00	10,20	10,20	40,80	40,80	3,40	3,40
	<u>Обед</u>														
78./04	Икра морковная	60	50	2,43	2,02	1,32	1,10	4,56	3,80	6,84	5,70	76,80	64,00	7,68	6,40
133./04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	13,31	12,48	6,34	5,78	7,75	7,15	16,40	12,30	161,00	137,00	8,10	6,30
ТТК-450	Котлета "Камская"	75	75	19,87	19,87	10,00	10,00	3,00	3,00	6,00	6,00	90,00	90,00	0,35	0,35
510./04	Каша гречневая вязкая	130	100	3,16	2,43	3,90	3,00	5,85	4,50	19,37	14,90	145,73	112,10	0,00	0,00
ТТК-315	Компот "Фруктовый" из кураги	200	150	3,30	2,48	1,20	0,90	0,00	0,00	31,60	23,70	126,00	94,50	0,00	0,00
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,11	1,11	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,09	1,83	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			45,27	42,22	27,61	25,22	22,02	19,26	111,09	90,87	755,61	580,92	16,13	13,05
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое	180	180	10,36	10,36	5,31	5,31	4,50	4,50	8,91	8,91	97,38	97,38	2,46	2,46
	Итого			10,36	10,36	5,31	5,31	4,50	4,50	8,91	8,91	97,38	97,38	2,46	2,46
	<u>Ужин</u>														
ТТК-967	Пудинг из творога с бананами с соус сметанн "Сластена"	150/30	100/30	47,89	32,76	20,23	13,49	20,25	13,50	23,40	15,60	356,77	237,86	2,9	1,9
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,57	0,43	0,18	0,13	0,00	0,00	4,78	3,58	19,90	14,92	0,04	0,03
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,11	1,11	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			49,57	34,30	22,01	15,22	20,65	13,90	38,18	29,18	430,67	306,78	2,94	1,93
	Итого за день			133,20	111,91	70,27	59,14	65,52	53,94	212,72	174,95	1728,88	1369,30	27,00	22,49
	СРЕДА 17 /10														
	<u>Завтрак</u>														
3./04	Батон с маслом с сыром	20/5/5	20/5/5	6,68	6,68	2,93	2,93	6,05	6,05	10,40	10,40	107,77	107,77	0,14	0,14
ТТК-981	Каша молочная "5 злаков" (вязкая) с маслом	200/3	150/3	10,55	8,30	8,35	6,26	8,29	6,84	33,75	25,36	243,40	188,17	1,60	1,20
ТТК-305	Какао с молоком	180	150	6,10	5,09	2,95	2,46	3,24	2,70	22,82	19,02	132,26	110,22	1,43	1,20
	Итого			23,33	20,07	14,23	11,65	17,58	15,59	66,97	54,78	483,43	406,16	3,17	2,54
	<u>2 Завтрак</u>														
698./04	Кефир	150	150	12,36	12,36	4,50	4,50	3,76	3,76	6,00	6,00	75,76	75,76	3,00	3,00
	Итого			12,36	12,36	4,50	4,50	3,76	3,76	6,00	6,00	75,76	75,76	3,00	3,00
	<u>Обед</u>														
ТТК-130	Салат "Метелка"	60	50	1,62	1,35	0,60	0,50	2,40	2,00	4,80	4,00	42,00	35,00	4,32	3,60
139./04	Суп карт. с бобовыми (горох) на мясокостн бульоне	200	150	3,80	2,85	4,96	3,72	4,48	3,36	17,84	13,38	131,52	98,64	4,60	3,45

ТТК-956	Салат "Фруктовый коктейль"	75	75	10,04	10,04	0,33	0,33	7,48	7,48	6,13	6,13	25,75	25,75	18,30	18,30
ТТК-341	Запеканка "Сладкоежка" с соусом молочным сладким	150/50	100/50	49,70	34,05	22,93	15,87	17,40	12,95	38,62	29,72	402,90	299,05	0,00	0,00
648./04	Кисель	200	150	1,92	1,44	0,00	0,00	0,00	0,00	30,60	22,95	118,00	88,50	0,00	0,00
	Хлеб "Рябиношка"	1/20	1/20	1,11	1,11	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			62,77	46,64	24,86	17,80	25,28	20,83	85,35	68,80	600,65	467,30	18,30	18,30
	Итого за день			140,95	120,42	59,74	49,15	65,73	56,19	240,78	199,36	1748,88	1427,33	68,06	66,90
	ПЯТНИЦА 19 /10														
	<u>Завтрак</u>														
3./04	Батон с сыром	20/5	20/5	4,15	4,15	2,90	2,90	1,95	1,95	10,40	10,40	70,75	70,75	0,14	0,14
ТТК-301	Каша молочная "Дружба" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	12,86	10,03	6,82	4,37	7,99	5,99	30,16	24,87	261,83	196,37	1,68	1,26
395/10	Кофейный напиток с молоком	180	150	6,05	4,87	2,85	2,34	2,41	2,00	14,36	10,63	91,00	70,00	1,17	0,98
	Итого			23,06	19,05	12,57	9,61	12,35	9,94	54,92	45,90	423,58	337,12	2,99	2,38
	<u>2 завтрак</u>														
698./04	Кефир	160	150	13,18	12,36	4,80	4,50	4,01	3,76	6,40	6,00	80,81	75,76	3,20	3,00
	Итого			13,18	12,36	4,80	4,50	4,01	3,76	6,40	6,00	80,81	75,76	3,20	3,00
	<u>Обед</u>														
39/10	Салат из моркови с яблоками и курагой	60	50	2,29	1,91	0,78	0,65	3,07	2,56	6,56	5,47	57,06	47,55	2,95	2,46
110./04	Борщ из св. капусты с карт. со сметаной	200/5	150/5	4,85	3,86	1,74	1,34	4,91	3,87	10,64	8,02	93,71	72,27	8,21	6,16
ТТК-653	Зразы мясные "Любимые" с сыром	60	60	16,52	16,52	6,60	6,60	9,00	9,00	1,80	1,80	115,00	115,00	0,35	0,35
510./04	Каша пшеничная вязкая	130	100	3,19	2,45	3,42	2,63	3,42	2,63	21,01	16,16	128,44	98,80	0,00	0,00
ТТК-911	Напиток "Цитрусовый"	200	150	6,68	5,01	0,12	0,09	0,04	0,03	21,42	16,07	86,44	64,83	5,00	3,75
	Хлеб "Рябиношка"	1/20	1/20	1,11	1,11	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,09	1,83	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			36,73	32,69	17,51	15,75	21,30	18,90	106,31	75,79	636,73	481,77	16,51	12,72
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое с печеньем "Барокко"	180/18	180/18	11,80	11,80	6,75	6,75	7,74	7,74	20,25	20,25	183,78	183,78	2,46	2,46
	Итого			11,80	11,80	6,75	6,75	7,74	7,74	20,25	20,25	183,78	183,78	2,46	2,46
	<u>Ужин</u>														
	Десерт фруктовый "Груша"	160	156	13,97	13,62	0,63	0,61	0,00	0,00	16,49	16,08	75,20	73,32	8,00	7,80
344/10	Рагу овощное	200	150	10,03	7,53	4,00	3,00	16,60	12,45	23,00	17,25	257,40	193,05	10,53	7,90
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,57	0,43	0,18	0,13	0,00	0,00	4,78	3,58	19,90	14,92	0,04	0,03
	Хлеб "Рябиношка"	1/20	1/20	1,11	1,11	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			25,68	22,69	6,41	5,34	17,00	12,85	54,27	46,91	406,50	335,29	18,57	15,73
	Итого за день			110,45	98,59	48,04	41,95	62,40	53,19	242,15	194,84	1731,40	1413,72	43,73	36,28

	Цена		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
			Белки		Жиры		Углеводы				С	
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:	608,27	537,30	282,6	219,9	310,9	246,7	1243,2	1014,4	8955,1	7347,2	239,92	214,24
В среднем в день	121,65	107,46	56,51	43,98	62,18	49,34	248,63	202,87	1791,02	1469,45	47,98	42,85

Рекомендуемые нормы физиологических потребностей для детей с 3 до 7 лет в пищевых веществах и энергии согласно СанПиН 2.4.1.3049 - 13 "Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях"

Генеральный директор



В.П. Гусева

Зам. директора по производству и качеству



Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам



Н.В. Журавлева

Зам. начальника производственного отдела



Ю.В. Будилова