

2,4 группа
11 группа: сады № 28, 30, 34, 40, 50, 51, 52, 54, 69, 70, 93, 103, 110, 118
12 группа: сады № 7, 12, 14, 18, 21, 29, 31, 35, 39, 46, 97, 106, 113, 27
14 группа: сады № 10, 17, 17Ф, 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, 132

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р. И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"
Заведующий садом
И. И. Мусина

(подпись)

(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ с 12.01.2026г. по 16.01.2026г.

№ п/п	Пример 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	
Пн, 12 января 26													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	слад 61,86	Ясли 53,17	Дет. сад 49,46	Ясли 42,32	Дет. сад 275,72	Ясли 237,5	1795,31	1543,58	слад 59,82	Ясли 50,49
31/04	Каша молочная пшенная с маслом	200/3	150/3	12,58	9,64	9,29	7,81	56,63	41,50	360,50	274,87	2,10	1,58
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	3,38	2,73	1,98	1,78	11,70	7,80	78,13	58,13	0,04	0,04
Второй завтрак													
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	7,55	5,67	6,01	5,05	37,47	28,11	234,22	180,63	1,31	0,98
Обед													
ТТК-357н	Салат "Капусту квашеная" (б/лука)	50	40	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56
138/04	Суп картофельный с мяк птицы	200/15	150/10	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
ТТК-550н	Митболы из говядины в соусе томатном	60/50	60/50	21,62	17,63	22,62	18,44	95,97	84,11	673,85	572,90	38,75	30,39
510/04	Каша перловая вязкая	130	110	0,90	0,72	2,78	2,22	4,27	3,42	45,66	36,53	15,00	12,00
ТТК-268н	Компот "Плодово-ягодный" из изюма	200	150	7,80	4,39	7,11	4,05	10,68	8,01	137,90	86,08	20,70	15,34
Полдник													
697/04	Молоко кипяченое	120	120	2,64	2,24	3,61	3,05	20,66	17,48	125,69	106,35		
741/04	Ватрушка с творогом	130	100	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
Ужин													
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	145	145	2,32	2,32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14		
337/04	Рисовое варенье	1 шт	1 шт	14,43	13,51	7,37	6,58	39,05	37,53	280,23	263,36	1,92	1,51
ТТК - 181а	Макаронные отварные	130	110	3,98	3,06	3,43	2,64	6,58	5,06	73,10	56,23	1,78	1,37
ТТК-258к	Напиток "Плодово-ягодный" из урюка	200	150	10,45	10,45	3,94	3,94	32,47	32,47	207,13	207,13	0,14	0,14
Итого стоимость питания в день													
Вт, 13 января 26		177,47 руб.	140,91 руб.	12,73	11,89	10,18	9,49	73,97	64,26	438,33	390,05	14,65	14,61
Завтрак		70,25	52,84	66,6	54,11	225,97	189,02	1784,31	1454,22	99,96	78,39		
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	8,28	6,27	9,64	8,24	41,45	31,29	285,70	224,28	2,05	1,60
161/04	Суп молочный с рисом	200	150	2,00	1,35	4,22	4,03	11,77	7,87	93,10	73,11		
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	3,76	2,82	3,78	2,84	15,74	11,80	111,99	84,00	1,30	0,98
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	0,75	0,62
Обед													
521/1	Салат из свеклы отварной	50	40	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
135/04	Суп из овощей со сметаной	200/10	150/10	20,44	16,04	34,95	27,17	77,54	65,00	706,44	568,60	78,93	58,22
Полдник													
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,97	0,78	3,06	2,45	5,68	4,55	54,17	43,34	6,46	5,17
Ужин													
135/04	Суп из овощей со сметаной	200/10	150/10	2,05	1,60	4,54	3,78	7,82	5,96	80,32	64,23	25,16	18,88

ТТК-393к	Запекалка картофельная с маслом "По-Домашнему" с маслом	180/5	130/5	13,57	18,9,81	26,70	20,30	19,50	14,11	372,62	278,38	47,11	34,02
ТТК-503	Напиток "Плодово-ягодный" ассорти	200	150	0,01	0,01	0,01		16,66	12,50	66,73	50,05	0,20	0,15
	Хлеб "Дарницкий"	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	150	130	4,54	8,3,93	4,05	3,51	6,48	5,62	80,51	69,78	1,30	1,12
	Ужин	145	145	36,49	6,26,10	17,96	15,19	90,40	77,01	669,26	549,16	15,28	15,05
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	150/15	100/30	0,58	4,0,58	0,58	0,58	13,05	13,05	59,74	59,74	14,50	14,50
ТТК-1019	Сырники "Домашние" из творога со соусом сметанным "Сластена"	150/15	100/30	31,38	1821,18	12,37	9,62	35,39	26,40	378,47	276,88	0,69	0,48
ТТК№253н	Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным	200/15	150/15	3,01	8,2,82	4,83	4,81	32,02	27,62	183,59	165,08	0,09	0,07
	Хлеб "Дарницкий"	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													
Ср, 14 января 26													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	13,06	17,10,25	11,16	9,42	53,48	40,42	366,63	287,47	2,58	2,05
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	3,38	2,73	1,98	1,78	11,70	7,80	78,13	58,13	0,04	0,04
ТТК-198н	Какао сливочное полусладкое	180	150	6,63	4,4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,50	149,34	1,37	1,03
	Второй завтрак	180	150	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
	Обед	100	100	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
ТТК-359н	Винегрет из овощей	50	40	31,31	827,19	22,29	17,94	102,42	88,20	735,37	622,96	35,91	27,26
133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	1,23	4,0,98	3,55	2,84	3,74	2,99	51,80	41,44	6,55	5,24
ТТК-101н	Котлеты "Львовские"	75	50	2,11	1,58	1,91	1,43	11,30	8,48	70,80	53,11	29,33	22,00
ТТК-446	Пюре из бобовых "Сптарное"	130	110	8,93	9,7,98	11,85	9,36	7,65	6,84	172,91	143,50		
ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	150	14,70	12,44	4,32	3,65	32,42	27,44	227,34	192,37		
	Хлеб "Дарницкий"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46	0,03	0,02
	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	130	100	3,98	3,06	3,43	2,64	6,58	5,06	73,10	56,23	1,78	1,37
	Ужин	130	100	3,98	3,06	3,43	2,64	6,58	5,06	73,10	56,23	1,78	1,37
340/04	Омлет Матуральный	105	105	18,52	317,86	23,37	22,65	55,27	50,70	505,49	478,03	0,49	0,46
ТТК-187а	Каша пшеничная вязкая	130	110	10,12	10,10,12	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	3,98	1,3,37	4,64	3,93	21,48	18,18	143,60	121,51		
	Хлеб "Дарницкий"	1/20	1/20	2,90	2,85	5,77	5,76	22,34	21,07	152,93	147,56	0,10	0,07
	Хлеб "Дарницкий"	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													
Ср, 15 января 26													
Завтрак													
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	72,67	858,47	66,49	53,39	257,93	218,1	1911,81	1586,81	127,62	98,78
311/04	Каша молочная кукурузная с маслом	200/3	150/3	10,79	8,8,16	11,03	9,82	65,54	49,37	404,69	318,48	2,06	1,60
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	2,00	1,35	4,22	4,03	11,77	7,87	93,10	73,11		
	Второй завтрак	180	150	6,27	10,4,71	5,17	4,42	39,83	29,88	230,98	178,20	1,31	0,98
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62
	Обед	100	100	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
20/2010	Салат из белокочанной капусты	50	40	36,12	329,85	16,70	13,27	98,08	84,46	687,08	576,73	49,05	38,48
132/04	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/10	150/5	0,97	0,77	2,55	2,04	5,24	4,19	47,83	38,26	29,89	23,91
ТТК-53к	Макоты блинцы тушеная в соусе	50/50	40/50	2,57	1,86	4,54	3,03	10,23	7,56	92,08	64,96	17,72	13,26
ТТК - 181а	Макаронные отварные	130	110	23,64	819,12	4,60	3,87	3,79	3,60	151,08	125,68	1,29	1,20
ТТК-258к	Напиток "Плодово-ягодный" из урока	200	150	4,59	6,3,88	4,29	3,63	31,56	26,70	183,26	155,06		
	Хлеб "Дарницкий"	1/20	1/20	0,51	0,38	0,08	0,06	19,38	14,53	80,23	60,17	0,15	0,11
	Хлеб "Дарницкий"	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	1/41,43	1/41,43	7,99	5,7,37	16,63	15,39	35,17	34,33	322,33	305,35	0,46	0,40

698/04	Раженка	150	130	4,64	4,02	9,27	8,03	6,33	5,49	127,31	110,33	0,46	0,40
470/10	Булочка дорожная	50	50	3,35	3,35	7,36	7,36	28,84	28,84	195,02	195,02	0,46	0,40
Ужин													
ТТК-650	Котлеты "Елгинские"	75	50	17,27	12,59	21,13	14,91	49,04	39,84	455,31	343,85	73,66	55,90
520/04	Пюре картофельное	75	50	12,09	8,06	17,09	11,42	9,30	6,20	239,33	159,79	0,56	0,37
534/04	Капуста тушеная	55	35	1,76	1,76	2,31	2,31	8,10	8,10	60,22	60,22	21,57	21,57
686/04	Чай с лимоном	200/7	150/7	0,27	0,22	0,06	0,05	15,28	11,52	62,73	47,38	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		
Итого стоимость питания в день		177,47 руб.	140,91 руб.										
Пт, 16 января 26				59,89	48,69	49,94	40,79	228,21	191,1	1 601,93	1 326,23	105,23	96,79
Завтрак				18,56	15,41	17,11	15,71	64,56	48,75	486,56	398,03	2,48	1,96
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	2,00	1,35	4,22	4,03	11,77	7,87	93,10	73,11		
337/04	Ябло вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	7,99	6,00	5,33	4,54	37,51	28,14	230,02	177,48	1,31	0,98
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				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
Обед				18,70	12,06	17,97	11,58	92,43	76,74	606,23	459,38	28,54	21,05
62/11	Салат из моркови с сахаром	50	40	0,83	0,66	0,06	0,05	6,90	5,52	31,49	25,20	3,19	2,55
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	150/5	1,94	1,38	4,51	3,01	10,78	7,96	91,46	64,43	23,01	17,19
ТТК-1026	Биточки рыбные "Морючка"	75	50	9,99	4,42	9,18	4,85	5,48	2,42	144,53	71,01	1,38	0,59
510/04	Каша рисовая вязкая	130	110	2,00	1,69	3,58	3,03	19,91	16,85	119,85	101,41		
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	1,78	1,37
Поддник				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
Ужин				18,15	17,66	11,43	10,86	54,54	50,45	393,64	370,19	70,03	70,01
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	110	110	0,99	0,99			9,24	9,24	40,92	40,92	66,00	66,00
ТТК-396н	Тертени из птицы с соусом томатным	60/30	60/30	12,60	12,60	7,54	7,54	12,01	12,01	166,29	166,29	3,93	3,93
510/04	Каша ячневая вязкая	130	110	2,84	2,40	3,66	3,10	18,29	15,47	117,47	99,40		
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		177,47 руб.	140,91 руб.	332,04	272,03	291,74	243,26	1 215,7	1 030,2	8 816,35	7 397,93	435,79	357,99
Итого													

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	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	
272,05	212,05	301,75	238,25	1305,7	1015,3	9185,95	7295,80	250,80	228,00
54,41	42,41	60,35	47,65	261,14	203,05	1 837,19	1 459,16	50,16	45,60
Итого за неделю:									
В среднем в день:									

3к

3

Г. Н. Фазулина

Л. Р. Минянова

В

Мисс

Син

Л. Р. Самуилкина