

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, 115, 27
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, 123
18 группа: сады № 8, 9, 16, 27, 62, 65, 66, 82, 86, 108, 109, 118, 121, 131, 132

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ с 04.08.2025г. по 08.08.2025 г.

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р. И. Мусина



		Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.					Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг	
№ п/п	Прием пищи, Наименование блюда	Дет. сад	Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли
Пн, 04 августа 25												
Завтрак												
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5									
311/04	Каша молочная пшеница с маслом	200/3	150/3	7,55	5,67	6,01	5,05	37,47	28,11	234,22	180,63	1,31
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75
Второй завтрак												
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40
Обед												
ТТК-66	Салат " Солнышко"	50	40	35,34	29,00	17,18	14,05	93,25	80,11	668,93	562,85	16,22
139/04	Суп картофельный с бобовыми	200	150	0,59	0,47	5,09	4,07	7,13	5,70	76,72	61,38	3,49
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	40/50	4,63	3,48	3,24	2,43	13,16	9,87	100,30	75,22	11,46
510/04	Каша перловая вязкая	130	110	23,64	18,97	4,60	3,86	3,76	3,68	150,98	125,32	1,27
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	
Полдник												
697/04	Молоко кипяченое	130	100	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46	
470/10	Булочка дорожная	50	50	2,32	2,32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14	1,78
Ужин												
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	140	140	7,34	6,42	10,80	10,01	35,40	33,88	268,16	251,29	1,78
337/04	Рис вареное	1 шт	1 шт	3,98	3,06	3,43	2,64	6,58	5,06	73,10	56,23	1,78
ТТК - 181а	Макарон отварные	130	110	3,36	3,36	7,37	7,37	28,82	28,82	195,06	195,06	1,78
ТТК-258к	Напиток "Плодово-ягодный" из урюка	200	150	12,71	11,87	10,16	9,47	73,52	63,81	436,27	387,99	14,15
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	0,56	0,56	0,56	0,56	12,60	12,60	57,68	57,68	14,00
Итого стоимость питания в день												
Вт, 05 августа 25		158,45 руб.	125,81 руб.	66,97	52,77	59,31	48,44	235,37	195,57	1 743,11	1 429,21	97,76
Завтрак												
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	8,84	6,86	10,43	9,42	53,84	41,57	344,69	278,48	2,06
311/04	Каша молочная кукурузная с маслом	200/3	150/3	0,05	0,05	3,62	3,63	0,07	0,07	33,10	33,11	
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	6,27	4,71	5,17	4,42	39,83	29,88	230,98	178,20	1,31
				2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75

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													
ТТК-294н	Помидоры свежие	50	40	0,26	0,20	31,89	24,78	72,40	63,04	653,77	538,45	77,34	56,30
135/04	Суп из овощей со сметаной	200/10	160	1,73	2,03	4,54	3,84	6,78	7,26	74,88	71,71	24,46	19,58
ТТК-393к	Запеканка картофельная с мясом "По-домашнему" с маслом	180/5	130/5	13,48	9,75	26,70	20,30	19,04	13,77	370,38	276,75	45,79	33,06
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 "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													
698/04	Ацидофилин	150	130	4,54	3,93	4,05	3,51	6,48	5,62	80,51	69,78	1,30	1,12
	Ужин			4,54	3,93	4,05	3,51	6,48	5,62	80,51	69,78	1,30	1,12
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	140	140	0,56	0,56	0,56	0,56	12,60	12,60	57,68	57,68	14,00	14,00
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-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	0,76	0,57	0,06	0,04	17,62	13,22	74,06	55,54	0,09	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													
Ср. 06 августа 25				158,45 руб.	125,81 руб.								
Завтрак													
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	6,63	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,50	149,34	1,37	1,03
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
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													
ТТК-359н	Винегрет из овощей	50	40	41,26	31,88	34,25	24,60	109,46	91,61	911,14	715,26	19,12	14,53
ТТК -451	Суп картофельный клецками с мякотью птицы	200/15	150/10	1,20	0,96	3,55	2,84	4,16	3,33	53,37	42,70	6,32	5,06
ТТК-650	Котлеты "Челнинские"	75	50	8,93	6,21	8,60	6,03	16,27	12,19	178,23	127,86	12,21	9,08
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	12,09	8,06	17,12	11,42	9,30	6,20	239,68	159,79	0,56	0,37
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		
	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	130	100	7,06	6,14	6,52	5,73	27,39	25,87	196,48	179,61	1,78	1,37
733/04	Олады	50	50	3,98	3,08	3,43	2,64	6,58	5,06	73,10	56,23	1,78	1,37
Ужин													
340/04	Омлет натуральный	105	105	15,82	15,16	17,65	16,93	37,99	33,42	374,06	346,59	0,49	0,47
ТТК-187а	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	200	150	3,98	3,37	4,64	3,93	21,48	18,18	143,60	121,51		
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	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													
Чт, 07 августа 25				158,45 руб.	125,81 руб.								
Завтрак													
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	33,12	29,19	49,47	42,59	185,58	159,74	1 319,93	1 138,91	111,6	92,48
161/04	Суп молочный с рисом	200	150	6,33	4,97	9,04	7,84	29,75	23,49	225,70	184,28	2,05	1,60
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	0,05	0,05	3,62	3,63	0,07	0,07	33,10	33,11		
	Второй завтрак			3,76	2,82	3,78	2,84	15,74	11,80	111,99	84,00	1,30	0,98
				2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62
				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	17,72	16,01	26,41	23,70	103,03	89,65	720,57	635,91	54,84	2,40	2,40
Обед																
ТТК № - 41н	Салат из свежей капусты с зеленью	50	40	0,95	0,76	2,55	2,04	4,97	3,98	46,63	37,30	34,60	27,68			
131/04	Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	150/5	2,46	1,78	4,54	3,03	10,38	7,70	92,22	65,17	16,57	12,41			
ТТК-65г: 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			
ТТК - 181а	Макароны отварные	130	110	4,60	3,89	4,30	3,63	31,60	26,74	183,46	155,24					
ТТК-258к	Напиток "Плодово-ягодный" из урожая	200	150	0,51	0,38	0,08	0,06	19,38	14,53	80,23	60,17	0,15	0,11			
Хлеб "Рябинушка"																
Полдник																
698/04	Кефир	150	130	4,50	3,90	3,88	3,36	6,21	5,38	77,78	67,41	1,09	0,94			
Ужин																
ТТК-101н	Котлеты "Любимые"	75	50	4,07	3,81	10,14	7,69	36,49	31,12	253,48	208,91	51,22	43,82			
344/10	Рагу овощное	130	110	2,28	1,93	5,70	4,82	11,27	9,54	105,53	89,29	47,92	40,55			
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"																
Итого стоимость питания в день																
		158,45 руб.	125,81 руб.													
Пт, 08 августа 25																
Завтрак																
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	0,05	0,05	3,62	3,63	0,07	0,07	33,10	33,11					
337/04	Мйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04	37,51	28,14	230,02	177,48	1,31	0,98			
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	7,99	6,00	5,33	4,54	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98			
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,05	2,54	2,52	2,10	10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40			
Второй завтрак																
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50											
Обед																
13/2010	Салат из свежих огурцов	50	40	2,47	1,98	5,04	4,03	1,16	0,93	59,91	47,92	4,64	3,71			
110/2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	150/5	1,91	1,37	4,51	3,01	10,67	7,91	90,91	64,19	22,69	17,01			
ТТК-1026	Биточки рыбные "Морячка"	75	50	9,99	4,42	9,18	4,85	5,48	2,42	144,53	71,01	1,38	0,59			
520/04	Пюре картофельное	130	110	2,45	2,07	3,95	3,34	10,78	9,12	88,48	74,87	28,07	23,75			
ТТК-272н	Кисель из концентрата полусладкий	200	150	0,10	0,07											
Хлеб "Рябинушка"																
Хлеб "Дарницкий"																
Полдник																
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																
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,00	9,00	41,20	41,20	14,03	14,00			
ТТК-396н	Тфетели 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 с печеньем сахарным	200/18	150/18	2,90	2,85	5,77	5,76	22,34	21,07	152,93	147,56	0,10	0,07			
Хлеб "Рябинушка"																
Итого стоимость питания в день		158,45 руб.	125,81 руб.	301,61	249,05	282,64	236,29	1 123,44	958,5	8 243,89	6 956,48	350,73	288,76			
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	Ясли			Дет. сад	Ясли
			275,00	212,50	282,65	236,30	1296,50	1013,00	8949,50	6956,50	246,50	217,50
			55,00	42,50	56,53	47,26	259,30	202,60	1 789,90	1 391,30	49,30	43,50
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:												
В среднем в день:												

Рекомендуемые нормы физиологических потребностей для детей с 3 до 7 лет в пищевых веществах и энергии согласно СанПин 2.3.12.4.3590 - 20 "Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях"

возраст детей	энергетическая ценность, ккал	белки, г	жиры,г	углево ды, г	Витами н С мг
3-7 лет	1800	54	60	261	50
до 3 лет	1400	42	47	203	45

Зам. директора по производству и качеству
Экономист по ценам
Ведущий инженер-технолог по производству


Г.Н. Мартынова

Е. В. Чурилова

Л. Р. Загидуллина