

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, 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"
Директор
(подпись)
16.09.2025

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ с 08.12.2025г. по 12.12.2025 г.

№ п/п		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	С		
Пн, 08 декабря 25														
Завтрак														
3/04	Бутерброд с сыром		30/5	20/5	Дет. сад 68,89	Ясли 57,77	Дет. сад 44,87	Ясли 39,3	Дет. сад 267,09	Ясли 228,02	1 747,7	1 496,84	49,22	42,2
31/04	Каша молочная пшеница 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 полусливочный 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	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
Обед														
ТТК-357н	Салат "Капуста квашеная"		50	40	35,74	29,32	14,60	11,99	90,99	78,28	638,31	538,23	28,29	22,24
139/04	Суп картофельный с бобовыми		200	150	0,89	0,72	2,51	2,01	4,34	3,47	43,51	34,81	14,10	11,28
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	1	50/50	40/50	4,73	3,55	3,24	2,43	13,69	10,27	102,89	77,17	12,92	9,69
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	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														
	Хлеб "Рабинуха"		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	7,34	6,42	10,80	10,01	35,40	33,88	268,16	251,29	1,78	1,37
470/10	Булочка дорожная		50	50	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		145	145	12,73	11,89	10,18	9,49	73,97	64,26	438,33	390,05	14,65	14,61
337/04	Яйцо вареное		1 шт	1 шт	0,58	0,58	0,58	0,58	13,05		59,74	59,74	14,50	14,50
ТТК - 181а	Макароны отварные		130	110	5,52	5,52	5,04	5,04	31,60	26,74	183,46	155,24		
ТТК-258к	Напиток "Плодово-ягодный" из урюка		200	150	4,60	3,89	4,30	3,63	19,38	14,53	80,23	60,17	0,15	0,11
	Хлеб "Рабинуха"		1/20	1/20	0,51	0,38	0,08	0,06	19,38	14,53	80,23	60,17	0,15	0,11
Итого стоимость питания в день														
Вт, 09 декабря 25			170,64 руб.	135,49 руб.	70,28	54,45	63,01	51,26	253,8	206,55	1 863,39	1 505,21	103,63	81,02
Завтрак														
1/04	Бутерброд с маслом		30/5	20/5	10,79	8,16	11,03	9,82	65,54	49,37	404,69	318,48	2,06	1,60
311/04	Каша молочная кукурузная с маслом		200/3	150/3	2,00	1,35	4,22	4,03	11,77	7,87	93,10	73,11		
ТТК-343н	Кофейный напиток полусливочный		180	150	6,27	4,71	5,17	4,42	39,83	29,88	230,98	178,20	1,31	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														
52/11	Салат из свежих 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	20,66	16,19	34,97	27,18	78,68	65,77	711,99	572,39	82,71	60,91

ТТК-393	Запеканка картофельная с мясом "По-домашнему" с маслом	180/5	130/53	13,80	9,97	26,72	20,31	20,74	14,97	378,63	282,60	50,57	36,49
ТТК-503	Напиток "Плодово-ягодный" ассорти	200	1503	0,01	0,01	0,01		16,66	12,50	66,73	50,05	0,20	0,15
	Хлеб "Рябинушка" 1	1/20	1/205	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Дарницкий" 1	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14		
	Золотник	1	1	4,54	3,93	4,05	3,51	6,48	5,62	80,51	69,78	1,30	1,12
698/04	Ацидофиллин	150	1301	33,79	25,67	12,96	10,75	93,00	75,69	623,80	502,16	15,16	14,99
	Ужин	1	1	0,58	0,58	0,58	0,58	13,05	13,05	59,74	59,74	14,50	14,50
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	145	1451	0,58	0,58	0,58	0,58	52,39	39,48	442,54	339,42	0,57	0,42
ТТК-302н	Галушки "Снежок" 1	200	1504	30,93	23,00	12,14	9,95	17,62	13,22	74,06	55,54	0,09	0,07
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусливочный	200	1505	0,76	0,57	0,06	0,04	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Рябинушка" 1	1/20	1/205	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
Итого стоимость питания в день													
Ср, 10 декабря 25													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/53	3,38	2,73	1,98	1,78	11,70	7,80	78,13	58,13	0,04	0,04
31/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/30	6,63	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,50	149,34	1,37	1,03
ТТК-198н	Какао с молоком полусливочное	180	1500	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
	Второй завтрак	1	1	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
707/04	Сок фруктовый разливной	100	1000	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
	Обед	1	1	41,16	31,79	34,26	24,61	109,80	91,85	912,17	715,92	23,17	17,68
ТТК-359н	Винегрет из овощей	50	407	1,00	0,80	3,55	2,84	3,98	3,19	51,87	41,49	8,89	7,11
ТТК-451	Суп картофельный клецками с мякотью птицы	200/15	150/10	9,03	6,28	8,61	6,04	16,79	12,57	180,76	129,73	13,69	10,18
ТТК-650	Котлеты "Челнинские" 3	75	50/8	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 "Нягирное"	130	1104	14,70	12,44	4,32	3,65	32,42	27,44	227,34	192,37		
ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	1502	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
	Хлеб "Рябинушка" 1	1/20	1/205	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Дарницкий" 1	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14		
	Полдник	1	1	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	1000	3,98	3,06	3,43	2,64	6,58	5,06	73,10	56,23	1,78	1,37
	Ужин	1	1	18,52	17,86	23,37	22,65	55,27	50,70	505,49	478,03	0,49	0,46
340/04	Омлет натуральный	105	1050	10,12	10,12	12,78	12,78	1,51	1,51	161,50	161,50	0,39	0,39
ТТК-187а	Каша гречневая вязкая	130	1100	3,98	3,37	4,64	3,93	21,48	18,18	143,60	121,51		
ТТК-475	Чай полусливочный с 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" 1	1/20	1/205	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
Итого стоимость питания в день													
Чт, 11 декабря 25													
Завтрак													
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/53	2,00	1,35	4,22	4,03	11,77	7,87	93,10	73,11	1,30	0,98
161/04	Суп молочный с рисом	200	1509	3,76	2,82	3,78	2,84	15,74	11,80	111,99	84,00	0,75	0,62
ТТК-343н	Кофейный напиток полусливочный	180	1501	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	2,40	2,40
	Второй завтрак	1	1	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
707/04	Сок фруктовый разливной	100	1000	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
	Обед	1	1	17,91	16,15	26,42	23,71	103,55	90,04	723,54	638,20	52,42	41,66
20/2010	Салат из белокочанной капусты	50	403	0,97	0,77	2,55	2,04	5,24	4,19	47,83	38,26	29,89	23,91
132/04	Распашник ленинградский со сметаной	200/10	150/9	2,63	1,91	4,55	3,04	10,63	7,88	93,99	66,50	18,86	14,14
ТТК-652: 587/04	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	50/508	5,36	5,36	14,30	14,30	31,60	26,74	183,46	155,24	3,52	3,52
ТТК - 181а	Макароны отварные	130	1106	4,60	3,89	4,30	3,63	31,60	26,74	183,46	155,24	0,15	0,11
ТТК-258к	Напиток "Плодово-ягодный" из урока	200	1503	0,51	0,38	0,08	0,06	19,38	14,53	80,23	60,17		
	Хлеб "Рябинушка" 1	1/20	1/205	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Дарницкий" 1	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
	Полдник	1	1	4,50	3,90	3,88	3,36	6,21	5,38	77,78	67,41	1,09	0,94
698/04	Кефир	150	1303	4,50	3,90	3,88	3,36	6,21	5,38	77,78	67,41	1,09	0,94

Ужин	75	50	4,55	4,22	10,09	7,65	37,51	31,98	259,06	213,63	52,72	45,09
ТТК-101н	Котлеты "Любимые"			0,14	4,20	2,64	12,29	10,40	111,11	94,01	49,42	41,82
334/10	Рис с овощами	130	110	2,76	2,34	5,65	4,78	15,28	11,52	62,73	47,38	3,27
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	3,27
	Хлеб "Радинашка"	120	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46	
Итого стоимость питания в день												
Пт, 12 декабря 25												
Завтрак												
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	18,56	15,41	17,11	15,71	64,56	48,75	93,10	73,11	1,96
337/04	Рис вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04	37,51	28,14	230,02	177,48	1,31
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
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
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	19,18	12,49	23,39	15,93	85,02	70,47	627,32	475,27	61,16
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	150/5	1,95	0,47	5,09	4,07	7,13	5,70	76,72	61,38	3,49
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
520/04	Пюре картофельное	130	110	2,71	2,29	3,97	3,36	12,18	10,30	95,27	80,62	32,06
ТТК-272н	Кисель из концентрата полусладкий	200	150	0,10	0,07			21,48	16,11	86,30	64,73	0,96
	Хлеб "Радинашка"	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	3,98	3,06	3,43	2,64	6,58	5,06	73,10	56,23	1,78
Полдник												
687/04	Молоко кипяченое	130	100	3,98	3,06	3,43	2,64	6,58	5,06	73,10	56,23	1,78
Ужин												
ТТК-495н	Десерт фруктовый Альерсин	110	110	0,99	0,99			9,24	9,24	40,92	40,92	66,00
ТТК-396н	Тертель 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
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
	Хлеб "Радинашка"	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												
Итого												
		1	1	315,2	258,54	291,21	243,7	1 193,0	1 003,6	8 653,81	7 241,58	431,8

Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.				Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг	
Детс сад	Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Дет. сад	Ясли	С	С	С
5		Дет. сад	Дет. сад	Дет. сад					
1		270,10	210,95	301,20	235,85	1305,6	1017,8	9150,10	7237,55
2		54,02	42,19	60,24	47,17	261,11	203,55	1 830,02	1 447,51
Итого за неделю:									
В среднем в день:									

Зам.
Экон





Г. Н. Фазуллина
Л. Р. Минина

Беру



Д. Р. Зариудлина