

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

НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ С 07.05.18г по 11.05.18г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Цена		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность		Витамины (мг)	
						Белки		Жиры		Углеводы		(ккал)		С	
№ рец.	ПОНЕДЕЛЬНИК 07.05	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
	Завтрак														
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
510/04	Каша ячневая вязкая	200	150	4,23	3,17	4,20	3,15	8,00	6,00	28,40	21,30	202,40	151,80	0,00	0,00
648/04	Кисель	200	150	1,69	1,26	0,00	0,00	0,00	0,00	30,60	22,95	118,00	88,50	0,00	0,00
	Итого			9,95	8,46	5,83	4,78	12,70	10,70	69,40	54,65	410,82	330,72	0,00	0,00
	2 Завтрак														
707/04	Сок разливной	180	180	4,86	4,86	0,00	0,00	0,00	0,00	10,80	10,80	43,20	43,20	3,60	3,60
	Итого			4,86	4,86	0,00	0,00	0,00	0,00	10,80	10,80	43,20	43,20	3,60	3,60
	Обед														
ТТК-129	Салат "Здоровье"	50	45	3,00	2,70	0,66	0,59	7,02	6,32	3,11	2,80	78,28	70,45	3,22	2,90
124/04	Щи из свежей капусты с карт. со смет.	200/10	150/10	6,45	5,29	1,88	1,48	4,94	4,08	8,32	6,32	85,26	67,92	14,83	11,13
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	24,13	22,05	37,56	28,17	15,50	11,62	58,98	44,23	525,40	394,05	0,51	0,38
ТТК-317	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов	200	150	1,54	1,16	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
	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			38,32	34,14	40,55	30,13	27,32	19,83	132,69	105,17	969,02	700,74	19,01	14,75
	Подник														
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
	Ужин														
	Десерт фруктовый "Яблоко"	149	130	11,50	10,03	0,60	0,52	0,00	0,00	14,60	12,74	56,62	49,40	23,84	20,80
330/96	Шницель рыбный натуральный	75	75	28,42	28,42	8,40	8,40	6,80	6,80	3,39	3,39	130,75	130,75	0,77	0,77
318/10	Картофель отварной	150	100	10,28	6,85	2,87	1,91	4,32	2,88	23,00	15,33	142,35	94,90	21,00	14,00
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,53	0,39	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			51,84	46,80	13,65	12,56	11,52	10,08	55,77	45,04	403,62	343,97	45,65	35,60
	Итого за день			115,33	104,62	65,33	52,78	56,04	45,11	277,57	224,57	1924,04	1516,01	70,72	56,41

	Итого	180	150	5,93	4,94	2,95	2,46	3,24	2,70	22,82	14,46	160,00	120,00	0,14	0,14
	<u>2 Завтрак</u>			16,81	14,13	11,61	9,68	11,83	9,63	52,50	43,88	363,01	300,97	2,47	2,01
707./04	Сок разливной														
	Итого	180	180	4,86	4,86	0,00	0,00	0,00	0,00	10,80	10,80	43,20	43,20	3,60	3,60
	<u>Обед</u>			4,86	4,86	0,00	0,00	0,00	0,00	10,80	10,80	43,20	43,20	3,60	3,60
612/04	Маринад овощной	50	45	2,10	1,89	0,40	0,36	5,00	4,50	4,80	4,32	65,80	59,22	2,56	2,30
148./04	Суп -лапша по-домашнему с мясными фрикадельками	200/25	150/25	14,20	12,97	7,64	5,94	7,74	6,02	11,42	8,88	148,00	115,11	0,65	0,51
ТТК-739	Котлеты "Татарские"	75	75	16,56	16,56	9,00	9,00	10,00	10,00	3,00	3,00	139,00	139,00	0,34	0,34
ТТК-446	Пюре "Янтарное"	130	100	3,36	2,59	27,52	21,17	9,02	6,94	60,74	46,72	434,23	334,02	0,00	0,00
ТТК-147	Компот из черной смородины	200	150	2,56	1,92	0,20	0,15	0,00	0,00	21,60	16,20	87,20	65,40	25,80	19,35
	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			41,98	38,87	44,61	36,06	32,62	23,16	132,44	107,40	1030,31	788,07	24,35	19,50
	<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-868	Пудинг "Творожный" с яблоками с соус молочн сладк	150/30	100/30	49,28	33,39	20,86	14,10	21,40	14,72	25,76	18,50	379,18	262,98	2,076	1,42
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,53	0,39	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			50,92	34,89	22,64	15,83	21,80	15,12	40,54	32,08	453,08	331,90	2,12	1,45
	Итого за день			124,93	103,11	84,17	66,88	70,75	52,41	245,19	203,07	1986,98	1561,52	35,00	29,02
	<u>ЧЕТВЕРГ 10.05</u>														
	<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
311./04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	12,03	9,40	3,10	2,40	5,00	3,80	21,10	16,00	140,00	107,80	0,00	0,00
395/10	Кофейный напиток с молоком	180	150	5,95	4,80	2,85	2,34	2,41	2,00	14,36	10,63	91,00	70,00	1,17	0,98
	Итого			22,01	18,23	7,58	6,37	12,11	10,50	45,86	37,03	321,42	268,22	1,17	0,98
698./04	Кефир	150	135	12,36	11,12	4,50	4,05	3,76	3,38	6,00	5,40	75,76	68,18	1,10	0,99
	Итого			12,36	11,12	4,50	4,05	3,76	3,38	6,00	5,40	75,76	68,18	1,10	0,99
	<u>Обед</u>														
ТТК-62	Салат из отварной свеклы	50	45	2,20	1,98	0,50	0,45	3,00	2,70	4,00	3,60	45,00	40,50	4,31	3,88
138/04	Суп картоф. с перлов. крупой	200	150	4,85	3,63	2,00	1,50	2,20	1,65	13,60	10,20	82,20	61,65	6,60	4,95
ТТК-400	Капуста тушеная с мясом	50/150	50/150	38,76	38,76	12,14	12,14	8,96	8,96	9,40	9,40	166,80	166,80	24,50	24,50
ТТК-315	Компот "Фруктовый" из изюма	200	150	2,97	2,22	0,40	0,30	0,00	0,00	27,40	20,50	111,20	83,20	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			51,98	49,53	19,89	18,83	15,02	14,12	85,28	71,97	561,28	427,47	30,41	28,33
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое с печеньем "Супер Ю"	180/17	180/17	11,70	11,70	6,50	6,50	6,88	6,88	20,64	20,64	170,48	170,48	2,46	2,46
	Итого			11,70	11,70	6,50	6,50	6,88	6,88	20,64	20,64	170,48	170,48	2,46	2,46
	<u>Ужин</u>														
	Десерт фруктовый "Апельсин"	146	139	10,71	10,20	1,31	1,25	0,00	0,00	11,83	11,26	62,78	59,77	22,39	21,32
ТТК-730	Фрикад. рыбные "Капелька" с соус. томатн	50/30	50/30	9,02	9,02	7,28	7,28	5,44	5,44	6,17	6,17	102,70	102,70	3,59	3,59
520./04	Картофельное пюре	150	100	10,47	6,98	3,00	2,00	4,80	3,20	20,40	13,60	140,00	93,33	18,10	12,07
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,53	0,39	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			31,84	27,70	13,37	12,26	10,64	9,04	53,18	44,61	379,38	324,72	44,12	37,00
	Итого за день			129,89	118,28	51,84	48,01	48,41	43,92	210,96	179,65	1508,32	1259,07	79,26	69,76
	ПЯТНИЦА 11.05														
	<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
337./04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	4,81	4,81	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 рисом	200	150	6,93	5,20	5,76	4,32	6,64	4,98	19,28	14,46	160,00	120,00	0,90	0,67
ТТК-305	Какао с молоком	180	150	5,95	4,80	2,95	2,46	3,24	2,70	22,82	19,02	132,26	110,22	1,43	1,20
	Итого			21,84	18,96	16,71	14,78	16,43	14,23	52,80	44,18	426,01	363,97	2,47	2,01
	<u>2 Завтрак</u>														
698./04	Кефир	150	135	12,36	11,12	4,50	4,05	3,76	3,38	6,00	5,40	75,76	68,18	1,10	0,99
	Итого			12,36	11,12	4,50	4,05	3,76	3,38	6,00	5,40	75,76	68,18	1,10	0,99
	<u>Обед</u>														
45./04	Салат из квашеной капусты (без лука)	54	40	4,31	3,24	0,50	0,38	2,25	1,69	3,61	2,71	36,65	27,49	10,86	8,15
142./04	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200/25	150/25	15,80	14,10	6,72	4,61	8,51	4,77	20,31	17,89	140,12	115,50	10,78	10,78
ТТК-653	Зразы мясные "Любимые" с сыром	60	60	15,62	15,62	6,60	6,60	9,00	9,00	1,80	1,80	115,00	115,00	0,35	0,35
516./04	Макароны отварные	130	100	3,33	2,56	4,97	3,82	4,41	3,39	27,03	20,79	167,70	129,00	0,00	0,00
ТТК-315	Компот "Фруктовый" из кураги	200	150	2,74	2,05	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			45,00	40,51	21,84	19,75	25,03	19,65	115,23	95,16	741,55	556,81	20,99	18,28
	<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
733/04	Оладьи	50	50	0,99	0,99	3,04	3,04	2,19	2,19	19,54	19,54	110,10	110,10	0,00	0,00
	Итого			11,35	11,35	8,35	8,35	6,69	6,69	28,45	28,45	207,48	207,48	2,46	2,46
	<u>Ужин</u>														
	Десерт фруктовый "Яблоко"	139	130	10,73	10,03	0,56	0,52	0,00	0,00	13,62	12,74	52,82	49,40	22,24	20,80

УТВЕРЖАЮ:														
Овощная с соусом	150/30	100/50	13,48	10,38	6,12	4,80	16,41	14,00	27,90	20,10	283,77	225,60	13,50	11,20
ай полусладкий	200	150	0,53	0,39	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			25,85	21,91	8,46	7,05	16,81	14,40	56,30	46,42	410,49	343,92	35,78	32,03
Итого за день			116,40	103,85	59,86	53,98	68,71	58,35	258,78	219,61	1861,29	1540,36	62,80	55,77

	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:	486,55	429,86	226,20	176,15	243,91	197,29	992,50	826,90	7280,62	5876,97	209,78	188,95
В среднем в день	121,64	107,47	56,55	44,04	60,98	49,32	248,13	206,72	1820,15	1469,24	52,44	47,24

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

Зам. директора по произ-ву

Экономист по ценам

Зам. начальника производственного отдела

В.П. Гусева

Р.И. Самигулова

Н.В. Журавлева

Ю.В. Прокофьева