

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

НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ С 14.05.18г по 18.05.18г 2,4 группа

№ рец.	Прием пищи, наименование блока	Масса порции		Цена		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
						Белки		Жиры		Углеводы				С	
№ рец.	ПОНЕДЕЛЬНИК 14/05	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
	Завтрак														
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
510./04	Каша пшеничная вязкая	200	150	4,40	3,30	5,26	3,95	5,26	3,95	32,32	24,24	197,60	148,30	0,00	0,00
648./04	Кисель	200	150	1,74	1,30	0,00	0,00	0,00	0,00	30,60	22,95	118,00	88,50	0,00	0,00
	Итого			12,82	11,28	8,19	6,88	11,31	10,00	73,32	57,59	423,37	344,57	0,14	0,14
	2 Завтрак														
707./04	Сок разливной	170	170	4,59	4,59	0,00	0,00	0,00	0,00	10,20	10,20	40,80	40,80	3,40	3,40
	Итого			4,59	4,59	0,00	0,00	0,00	0,00	10,20	10,20	40,80	40,80	3,40	3,40
	Обед														
ТТК-62	Салат из отварной свеклы	60	60	2,73	2,73	0,60	0,60	3,60	3,60	4,80	4,80	54,00	54,00	5,71	5,71
124/04	Щи из свежей капусты с карт. с мясн. фрикад. со сметаной	200/25/5	150/25/5	13,68	12,80	5,49	5,09	8,19	7,33	8,16	6,16	128,31	110,97	15,06	11,37
ТТК-394	Запеканка картофельная с мясом птицы с соусом молочным	180/25	130/25	24,19	17,85	13,25	9,80	23,72	17,88	49,81	36,70	465,72	346,92	4,26	3,08
ТТК-317	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов	200	150	1,62	1,22	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			45,42	37,54	21,79	20,38	36,37	28,62	125,05	99,48	928,11	748,21	25,48	20,50
	Полдник														
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														
ТТК-734	Котлеты рыбные "Морячка"	75	75	13,01	13,01	15,77	15,77	2,76	2,76	7,30	7,30	117,00	117,00	2,29	2,29
510./04	Каша рисовая вязкая	130	100	3,63	2,79	1,95	1,50	5,07	3,90	19,89	15,30	132,99	102,30	0,00	0,00
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,55	0,41	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			18,30	17,32	19,50	19,00	8,23	7,06	41,97	36,18	323,89	288,22	2,33	2,32
	Итого за день			91,49	81,09	54,79	51,57	60,41	50,18	259,45	212,36	1813,55	1519,18	33,81	28,82
	ВТОРНИК 15/05														

	<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
161./04	Суп молочный с пшеном	200	150	6,79	5,09	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	6,01	4,84	2,85	2,34	2,41	2,00	14,36	10,63	91,00	70,00	1,17	0,98
	Итого			16,83	13,96	10,24	8,29	13,75	11,68	44,04	35,49	341,42	280,42	2,07	1,65
	<u>2 Завтрак</u>														
707./04	Сок разливной	170	170	4,59	4,59	0,00	0,00	0,00	0,00	10,20	10,20	40,80	40,80	3,40	3,40
	Итого			4,59	4,59	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	60	2,98	2,98	1,32	1,32	4,56	4,56	6,84	6,84	76,80	76,80	7,68	7,68
131/04	Рассольник "Домашний" со сметаной	200/5	150/5	7,59	5,92	1,90	1,46	4,35	3,45	10,31	7,77	88,02	68,02	9,85	7,48
ТТК-653	Зразы мясные "Любимые" с сыром	60	60	15,83	15,83	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	4,78	3,82	4,72	3,39	25,99	20,79	165,56	129,00	0,00	0,00
ТТК-147	Компот из черной смородины	200	150	2,66	2,00	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			35,59	32,23	19,65	17,79	23,49	20,21	115,42	81,67	688,66	582,54	39,68	33,36
	<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"	149	149	11,97	11,97	0,59	0,59	0,00	0,00	14,41	14,41	55,88	55,88	23,53	23,53
ТТК-966	Запеканка из творога с курагой и морковью с соусом сметанным "Сластена"	150/50	100/50	45,34	31,58	25,10	16,70	17,00	11,32	27,60	18,40	348,00	232,00	1,40	0,90
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,55	0,41	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			58,97	45,07	27,47	19,02	17,40	11,72	56,79	46,39	477,78	356,80	24,97	24,46
	Итого за день			126,34	106,21	62,67	50,41	59,14	48,11	235,36	182,66	1646,04	1357,94	72,58	65,33
	СРЕДА 16/05														
	<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	12,06	9,43	3,10	2,40	5,00	3,80	21,10	16,00	140,00	107,80	0,00	0,00
ТТК-305	Какао с молоком	180	150	6,02	5,02	2,95	2,46	3,24	2,70	22,82	19,02	132,26	110,22	1,43	1,20
	Итого			22,11	18,48	7,68	6,49	12,94	11,20	54,32	45,42	362,68	308,44	1,43	1,20
	<u>2 Завтрак</u>														
698./04	Кефир	150	140	12,36	11,53	4,50	4,20	3,76	3,51	6,00	5,60	75,76	70,71	3,00	2,80
	Итого			12,36	11,53	4,50	4,20	3,76	3,51	6,00	5,60	75,76	70,71	3,00	2,80
	<u>Обед</u>														
71./04	Винегрет овощной (без лука)	51	51	3,72	3,72	0,84	0,84	6,06	6,06	4,08	4,08	74,00	74,00	9,72	9,72
139./04	Суп карт. с бобовыми (горох) на мясокостн бульоне	200	150	4,77	3,58	4,96	3,72	4,48	3,36	17,84	13,38	131,52	98,64	4,60	3,45

437/04	Гуляш из говядины	50/50	50/50	34,74	34,74	13,90	13,90	6,50	6,50	4,00	4,00	132,00	132,00	0,06	0,06
510/04	Каша гречневая вязкая	130	100	2,95	2,27	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	2,82	2,11	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			52,20	49,36	24,65	23,80	23,75	20,23	120,77	88,33	765,33	624,56	14,38	13,23
	Подзник														
697/04	Молоко кипяченное	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
ТТК-814	Булочка "Домашняя"	30	30	0,98	0,98	2,24	2,24	3,93	3,93	18,27	18,27	117,63	117,63	0,00	0,00
	Итого			11,34	11,34	7,55	7,55	8,43	8,43	27,18	27,18	215,01	215,01	2,46	2,46
	Ужин														
390/04	Котлеты рыбные "Любительские"	75	75	24,54	24,54	10,72	10,72	3,19	3,19	2,31	2,31	80,82	80,82	2,99	2,99
520/04	Картофельное пюре	150	150	8,98	8,98	3,00	3,00	4,80	4,80	20,40	20,40	140,00	140,00	18,10	18,10
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,55	0,41	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			35,18	35,04	15,50	15,45	8,39	8,39	37,49	36,29	294,72	289,74	21,13	21,12
	Итого за день			133,19	125,75	59,88	57,49	57,27	51,76	245,76	202,82	1713,50	1508,46	42,40	40,81
	ЧЕТВЕРГ 17/05														
	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
ТТК-301	Каша молочная "Дружба" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	12,40	9,68	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	6,01	4,84	2,85	2,34	2,41	2,00	14,36	10,63	91,00	70,00	1,17	0,98
	Итого			22,44	18,55	11,30	8,34	15,10	12,69	54,92	45,90	443,25	356,79	2,85	2,24
	2 Завтрак														
707/04	Сок разливной	160	160	4,32	4,32	0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	9,60	38,40	38,40	3,20	3,20
	Итого			4,32	4,32	0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	9,60	38,40	38,40	3,20	3,20
	Обед														
ТТК-54	Салат "Бурячок" (без лука)	56	56	3,52	3,52	0,90	0,90	2,40	2,40	4,80	4,80	44,40	44,40	5,88	5,88
142/04	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200/25	150/25	15,37	14,14	6,72	4,61	8,51	4,77	20,31	17,89	140,12	115,50	10,78	10,78
ТТК-650	Котлеты "Челнинские"	75	75	16,31	16,31	9,00	9,00	10,00	10,00	3,00	3,00	139,00	139,00	0,34	0,34
534/04	Капуста тушеная	150	150	7,65	7,65	3,75	3,75	6,92	6,92	16,15	16,15	141,30	141,30	24,55	24,55
ТТК-317	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов	200	150	1,62	1,22	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			47,67	45,78	20,82	19,15	28,69	21,90	121,54	93,66	744,90	646,52	42,00	41,89
	Подзник														
697/04	Молоко кипяченное	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 "Апельсин"	150	150	11,01	11,01	1,34	1,34	0,00	0,00	12,16	12,16	64,50	64,50	23,00	23,00
ТТК-967	Пудинг из творога с бананами с соусом молочный сладким	150/30	100/30	47,59	32,28	20,81	14,07	21,60	14,85	27,37	19,57	387,22	268,31	3,00	2,00
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,55	0,41	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			60,26	44,81	23,93	17,14	22,00	15,25	54,31	45,31	525,62	401,73	26,04	25,03
	Итого за день			145,05	123,82	61,36	49,94	70,29	54,34	249,28	203,38	1849,55	1540,82	76,55	74,81
	ПЯТНИЦА 18/05														
	Завтрак														
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
160./04	Суп молочный с макаронными изделиями (вермишель)	200	150	6,71	5,03	5,60	4,20	5,20	3,90	18,80	14,10	144,40	108,30	0,90	0,67
ТТК-305	Какао с молоком	180	150	6,02	5,02	2,95	2,46	3,24	2,70	22,82	19,02	132,26	110,22	1,43	1,20
	Итого			21,69	19,01	16,55	14,66	14,99	13,15	52,32	43,82	410,41	352,27	2,47	2,01
	2 завтрак														
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	3,00	2,70
	Итого			12,36	11,12	4,50	4,05	3,76	3,38	6,00	5,40	75,76	68,18	3,00	2,70
	Обед														
	Огурец свежий порционный	55	45	7,10	5,81	0,44	0,36	0,00	0,00	1,43	1,17	7,43	6,08	5,50	4,50
110./04	Борщ из св. капусты с карт. со сметаной	200/5	150/5	6,11	4,81	1,74	1,34	4,91	3,87	10,64	8,02	93,71	72,27	8,21	6,16
ТТК-450	Котлета "Камская"	75	75	18,32	18,32	10,00	10,00	3,00	3,00	6,00	6,00	90,00	90,00	0,35	0,35
510./04	Каша пшеничная вязкая	130	100	2,86	2,20	3,42	2,63	3,42	2,63	21,01	16,16	128,44	98,80	0,00	0,00
ТТК-315	Компот "Фруктовый" из изюма	200	150	3,05	2,28	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			40,64	36,36	20,85	19,07	12,19	10,31	115,36	80,12	586,86	493,67	14,06	11,01
	Полдник														
697./04	Молоко кипяченое с печеньем "Прекрасная Аврора"	180/16	180/16	11,69	11,69	6,75	6,75	5,78	5,78	20,27	20,27	160,26	160,26	2,46	2,46
	Итого			11,69	11,69	6,75	6,75	5,78	5,78	20,27	20,27	160,26	160,26	2,46	2,46
	Ужин														
	Десерт фруктовый "Яблоко"	144	137	11,57	11,00	0,57	0,54	0,00	0,00	13,92	13,24	54,01	51,38	22,74	21,63
269./04	Запеканка овощная с соусом сметанным	150/30	100/50	12,53	9,74	6,12	4,80	16,41	14,00	27,90	20,10	283,77	225,60	13,50	11,20
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,55	0,41	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			25,76	22,26	8,47	7,07	16,81	14,40	56,60	46,92	411,68	345,90	36,28	32,86
	Итого за день			112,14	100,44	57,12	51,60	53,53	47,02	250,55	196,53	1644,97	1420,29	58,27	51,04

	Цена		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
			Белки		Жиры		Углеводы				С	
	сал	ясли	сал	ясли	сал	ясли	сал	ясли	сал	ясли	сал	ясли
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:	608,21	537,31	282,8	220,5	300,6	246,4	1240,4	997,8	8667,6	7346,7	261,61	235,81
В среднем в день	121,64	107,46	56,56	44,10	60,13	49,28	248,08	199,55	1733,52	1469,34	52,32	47,16

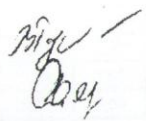
Рекомендуемые нормы физиологических потребностей для детей с 3 до 7 лет в пищевых веществах и энергии согласно СанПиН 2.4.1.3049 - 13 "Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях"

Генеральный директор

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам. начальника производственного отдела


В.П. Гусева


Р.И. Самигулова


Н.В. Журавлева


Ю.В. Прокофьева