

11 группа: сады № 28, 30, 34, 40, 50, 50(ф), 51, 52, 54, 93, 103, 110
 12 группа: сады № 7, 12, 14, 18, 21, 29, 31, 35, 39, 46, 97, 106, 115
 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
 18 группа: сады № 8, 9, 16, 27, 62, 65, 66, 82, 86, 108, 109, 118

УТВЕРЖДАЮ:

Главный специалист отдела
дошкольного образования



Фатхуллина Г.А.

2,4 группа

НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ С 20.08.18г по 24.08.18г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Цена		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
						Белки		Жиры		Углеводы				С	
№ рец.	ПОНЕДЕЛЬНИК 20/08	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	4,36	3,27	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	1,89	1,42	0,00	0,00	0,00	0,00	30,60	22,95	118,00	88,50	0,00	0,00
	Итого			12,93	11,37	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	200	170	5,64	4,80	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	10,20	48,00	40,80	4,00	3,40
	Итого			5,64	4,80	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	10,20	48,00	40,80	4,00	3,40
	Обед														
ТТК-65	Морковь тертая с сахаром	60	50	2,77	2,31	0,60	0,50	0,60	0,50	6,96	5,80	30,00	25,00	2,88	2,40
124/04	Щи из свежей капусты с карт. с мясн. фрикад. со сметаной	200/25/5	150/25/5	13,21	12,44	5,49	5,09	8,19	7,33	8,16	6,16	128,31	110,97	15,06	11,37
ТТК-53	Мякоть птицы тушеная в соусе	40/50	40/50	16,11	16,11	16,70	16,70	4,00	4,00	3,01	3,01	115,12	115,12	0,59	0,59
510/04	Каша рисовая вязкая	150	100	4,18	2,79	2,25	1,50	5,85	3,90	22,95	15,30	153,45	102,30	0,00	0,00
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			41,09	37,81	25,49	23,68	19,50	16,54	103,36	82,09	706,96	539,71	18,98	14,70
	Полдник														
697/04	Молоко кипяченое	200	180	11,51	10,36	5,90	5,31	5,00	4,50	9,90	8,91	108,20	97,38	2,73	2,46
	Итого			11,51	10,36	5,90	5,31	5,00	4,50	9,90	8,91	108,20	97,38	2,73	2,46
	Ужин														
ТТК-734	Биточки рыбные "Морячка"	75	75	12,44	12,44	15,77	15,77	2,76	2,76	7,30	7,30	117,00	117,00	2,29	2,29
318/10	Картофель отварной	150	130	7,57	6,56	2,87	2,49	4,32	3,74	23,00	19,93	142,35	123,37	21,00	18,20
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			21,67	20,52	20,42	19,99	7,48	6,90	45,08	40,81	333,25	309,29	23,33	20,52
	Итого за день			92,84	84,86	60,00	55,86	43,29	37,94	243,66	199,60	1619,78	1331,75	49,18	41,22

	СРЕДА 22/08														
	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
337./04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	3,92	3,92	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 пшеном	200	150	6,97	5,23	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			20,93	18,02	15,34	13,39	18,35	16,28	44,34	35,79	404,42	343,42	2,07	1,65
	2 Завтрак														
707./04	Сок разливной	200	170	5,64	4,80	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	10,20	48,00	40,80	4,00	3,40
	Итого			5,64	4,80	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	10,20	48,00	40,80	4,00	3,40
	Обед														
ТТК-62	Салат из отварной свеклы	60	45	2,77	2,08	0,60	0,45	3,60	2,70	4,80	3,60	54,00	40,50	5,71	4,28
138/04	Суп картоф. с перлов. крупой	200	150	3,82	2,86	2,00	1,50	2,20	1,65	13,60	10,20	82,20	61,65	6,60	4,95
ТТК-653	Зразы мясные "Любимые" с сыром	60	60	16,34	16,34	6,60	6,60	9,00	9,00	1,80	1,80	115,00	115,00	0,35	0,35
534/04	Капуста тушеная	150	130	6,07	5,26	3,75	3,25	6,92	6,00	16,15	14,00	141,30	122,46	24,55	21,28
ТТК-315	Компот "Фруктовый" из кураги	200	150	3,24	2,43	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			35,44	31,91	19,00	17,14	22,58	20,15	110,83	81,57	674,58	577,43	32,21	25,86
	Полдник														
697./04	Молоко кипяченое	200	180	11,51	10,36	5,90	5,31	5,00	4,50	9,90	8,91	108,20	97,38	2,73	2,46
	Итого			11,51	10,36	5,90	5,31	5,00	4,50	9,90	8,91	108,20	97,38	2,73	2,46
	Ужин														
	Десерт фруктовый "Яблоко"	150	140	11,20	10,45	0,59	-0,55	0,00	0,00	14,51	13,54	56,25	52,50	23,69	22,11
ТТК-966	Запеканка из творога с курагой и морковью с соусом молочным сладким	150/50	100/50	44,44	30,54	26,07	17,67	19,25	13,57	34,22	25,02	398,75	282,75	1,56	1,06
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			57,30	42,51	28,44	19,95	19,65	13,97	63,51	52,14	528,90	404,17	25,29	23,20
	Итого за день			130,82	107,60	68,68	55,79	65,58	54,90	240,58	188,61	1764,10	1463,20	66,30	56,56
	ЧЕТВЕРГ 23/08														
	Завтрак														
3./04	Батон с маслом с сыром	20/5/5	-	6,68		2,93	0,00	6,05	0,00	10,40	0,00	107,77	0,00	0,14	0,00
3./04	Батон с сыром	-	20/5		4,15	0,00	2,90	0,00	1,95	0,00	10,40	0,00	70,75	0,00	0,14
311./04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	12,10	9,46	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			24,80	18,63	8,98	7,76	14,29	8,45	54,32	45,42	380,03	288,77	1,57	1,34
	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														

	Помидор свежий порционный	60	45	4,03	3,02	0,36	0,27	0,00	0,00	2,52	1,89	11,95	8,96	15,00	11,25
110./04	Борщ из св. капусты с карт. со сметаной	200/5	150/5	5,97	4,71	1,74	1,34	4,91	3,87	10,64	8,02	93,71	72,27	8,21	6,16
437/04	Гуляш из говядины	50/50	50/50	34,78	34,78	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	150	100	3,74	2,49	4,50	3,00	6,75	4,50	22,35	14,90	168,15	112,10	0,00	0,00
ТТК-911	Напиток "Цитрусовый"	200	150	3,73	2,80	0,12	0,09	0,04	0,03	21,42	16,07	86,44	64,83	5,00	3,75
	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			55,45	50,74	21,47	20,04	19,06	15,71	103,81	73,15	648,33	533,48	23,27	21,22
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое	200	180	11,51	10,36	5,90	5,31	5,00	4,50	9,90	8,91	108,20	97,38	2,73	2,46
ТТК-814	Булочка "Домашняя"	30	30	1,00	1,00	2,24	2,24	3,93	3,93	18,27	18,27	117,63	117,63	0,00	0,00
	Итого			12,51	11,36	8,14	7,55	8,93	8,43	28,17	27,18	225,83	215,01	2,73	2,46
	<u>Ужин</u>														
	Десерт фруктовый "Апельсин"	154	151	12,66	12,42	1,38	1,35	0,00	0,00	12,48	12,24	66,22	64,93	23,61	23,15
388./04	Котлеты рыбные	75	75	22,66	22,66	11,14	11,14	7,03	7,03	6,56	6,56	134,05	134,05	1,68	1,68
520./04	Картофельное пюре	150	130	8,02	6,95	3,00	2,60	4,80	4,16	20,40	17,68	140,00	121,33	18,10	15,69
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			45,00	43,55	17,30	16,82	12,23	11,59	54,22	50,06	414,17	389,23	43,43	40,55
	Итого за день			150,12	135,40	60,39	56,22	58,27	44,56	246,52	201,20	1744,11	1494,67	74,01	68,27
	ПЯТНИЦА 24/08														
	<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 рисом	200	150	6,95	5,21	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			16,99	14,08	10,24	8,29	13,75	11,68	44,04	35,49	341,42	280,42	2,07	1,65
	<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	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
	<u>Обед</u>														
78./04	Салат "Зайка"	60	45	1,99	1,50	0,60	0,45	3,00	2,25	6,12	4,59	54,00	40,50	13,44	10,08
133./04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	14,95	13,78	6,34	5,78	7,75	7,15	16,40	12,30	161,00	137,00	8,10	6,30
ТТК-650	Котлеты "Челнинские"	75	75	17,27	17,27	9,00	9,00	10,00	10,00	3,00	3,00	139,00	139,00	0,34	0,34
516./04	Макароны отварные	150	100	3,87	2,58	5,73	3,82	5,09	3,39	31,19	20,79	193,50	129,00	0,00	0,00
ТТК-315	Компот "Фруктовый" из изюма	200	150	3,20	2,40	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			44,48	40,47	21,92	20,79	26,70	23,60	114,99	89,45	814,78	622,02	21,88	16,72
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое с печеньем "Супер Ю"	180/17	180/17	11,76	11,76	6,50	6,50	6,88	6,88	20,64	20,64	170,48	170,48	2,46	2,46
	Итого			11,76	11,76	6,50	6,50	6,88	6,88	20,64	20,64	170,48	170,48	2,46	2,46

1. Кухня
 2. Хозяйка
 3. Помощник
 4. Повар
 5. Повар
 6. Повар
 7. Повар
 8. Повар
 9. Повар
 10. Повар
 11. Повар
 12. Повар
 13. Повар
 14. Повар
 15. Повар
 16. Повар
 17. Повар
 18. Повар
 19. Повар
 20. Повар
 21. Повар
 22. Повар
 23. Повар
 24. Повар
 25. Повар
 26. Повар
 27. Повар
 28. Повар
 29. Повар
 30. Повар
 31. Повар
 32. Повар
 33. Повар
 34. Повар
 35. Повар
 36. Повар
 37. Повар
 38. Повар
 39. Повар
 40. Повар
 41. Повар
 42. Повар
 43. Повар
 44. Повар
 45. Повар
 46. Повар
 47. Повар
 48. Повар
 49. Повар
 50. Повар
 51. Повар
 52. Повар
 53. Повар
 54. Повар
 55. Повар
 56. Повар
 57. Повар
 58. Повар
 59. Повар
 60. Повар
 61. Повар
 62. Повар
 63. Повар
 64. Повар
 65. Повар
 66. Повар
 67. Повар
 68. Повар
 69. Повар
 70. Повар
 71. Повар
 72. Повар
 73. Повар
 74. Повар
 75. Повар
 76. Повар
 77. Повар
 78. Повар
 79. Повар
 80. Повар
 81. Повар
 82. Повар
 83. Повар
 84. Повар
 85. Повар
 86. Повар
 87. Повар
 88. Повар
 89. Повар
 90. Повар
 91. Повар
 92. Повар
 93. Повар
 94. Повар
 95. Повар
 96. Повар
 97. Повар
 98. Повар
 99. Повар
 100. Повар

ЖИД		ВТРЕДЖЛАЮ													
	Десерт фруктовый "Банан"	160	160	13,76	13,76	2,40	2,40	0,00	0,00	35,84	35,84	152,96	152,96	16,00	16,00
269/04	Запеканка овощная с соусом сметанным	150/30	100/50	11,80	9,26	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			27,22	24,54	10,30	8,93	16,81	14,40	78,52	69,52	510,63	447,48	29,54	27,23
	Итого за день			112,81	101,97	53,46	48,56	67,90	59,94	264,19	220,50	1913,07	1588,58	58,95	50,76

	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:	486,59	429,83	226,53	176,23	235,03	197,34	994,94	809,91	7041,06	5878,21	209,44	188,80
В среднем в день	121,65	107,46	56,63	44,06	58,76	49,33	248,73	202,48	1760,27	1469,55	52,36	47,20

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

Начальник производственного отдела

Экономист по ценам

Зам. начальника производственного отдела

В.П. Гусева

Е.В. Сашинская

Н.В. Журавлева

Ю.В. Будилова