

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

НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ С 23.04.18г по 28.04.18г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Цена		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
						Белки		Жиры		Углеводы				С	
№ рец.	ПОНЕДЕЛЬНИК 23.04	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 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	1,61	1,21	0,00	0,00	0,00	0,00	30,60	22,95	118,00	88,50	0,00	0,00
	Итого			12,52	11,06	7,13	6,08	14,05	12,05	69,40	54,65	428,17	348,07	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-129	Салат "Здоровье"	60	50	3,60	3,00	0,90	0,75	2,40	2,00	4,80	4,00	44,40	37,00	5,88	4,90
137/04	Суп картофельный с мясн. Фрикадельками	200/25	150/25	13,99	12,74	5,35	4,95	5,92	5,44	11,84	8,88	122,04	104,28	9,85	7,45
ТТК-400	Капуста тушенная 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-317	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов	200	150	1,56	1,17	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			61,11	58,61	20,84	19,73	18,14	17,21	103,32	74,10	613,32	500,40	30,68	27,19
	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														
330/96	Шницель рыбный натуральный	75	75	28,49	28,49	8,40	8,40	6,80	6,80	3,39	3,39	130,75	130,75	0,77	0,77
216./04	Картофель тушенный	150	130	12,13	10,51	3,15	2,73	9,60	8,32	27,70	24,01	209,80	181,83	10,92	9,46
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			42,26	40,50	13,33	12,86	16,80	15,52	45,87	40,98	414,45	381,50	11,73	10,26
	Итого за день			130,84	125,12	46,61	43,98	53,49	49,28	237,70	188,84	1594,12	1368,15	48,41	43,45

КОРНИК 24.04															
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
160./04	Суп молочный с макаронными изделиями (вермишель)	200	150	6,70	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	5,93	4,94	2,95	2,46	3,24	2,70	22,82	19,02	132,26	110,22	1,43	1,20
Итого				16,66	14,00	10,18	8,29	13,14	11,30	52,02	43,52	367,08	308,94	2,33	1,87
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															
612/04	Маринад овощной	60	50	2,52	2,10	0,48	0,40	6,00	5,00	5,76	4,80	78,96	65,80	3,07	2,56
110./04	Борщ из св. капусты с карт. со сметаной	200/5	150/5	5,94	4,68	1,74	1,34	4,91	3,87	10,64	8,02	93,71	72,27	8,21	6,16
ТТК-837	Котлеты "По- домашнему"	75	75	23,51	23,51	8,25	8,25	13,50	13,50	6,00	6,00	178,00	178,00	0,00	0,00
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	2,53	1,90	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				41,06	37,72	38,04	30,75	34,29	24,61	135,62	110,01	1028,18	814,81	32,08	23,07
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															
	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
367./04	Галушки из творога отварные с маслом	195/5	145/5	45,10	34,18	27,33	20,33	13,87	11,37	48,79	36,29	429,31	328,81	0,57	0,42
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				58,24	45,71	29,71	22,58	14,27	11,77	78,17	62,61	559,83	447,13	24,45	21,25
Итого за день				130,91	112,38	83,24	66,93	66,20	52,18	284,92	235,25	2093,27	1709,06	64,72	52,05
СРЕДА 25.04															
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
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				24,66	20,88	8,88	7,67	13,46	11,85	45,86	37,03	338,77	285,57	1,31	1,12
2 Завтрак															
698./04	Кефир	170	135	14,00	11,12	5,10	4,05	4,26	3,38	6,80	5,40	85,86	68,18	1,25	0,99
Итого				14,00	11,12	5,10	4,05	4,26	3,38	6,80	5,40	85,86	68,18	1,25	0,99
Обед															
ТТК-62	Салат из отварной свеклы	60	50	2,64	2,20	0,60	0,50	3,60	3,00	4,80	4,00	54,00	45,00	5,17	4,31

	из свежей капусты с карт. на мясокости бульоне со смет.	200/10	150/10	6,69	5,47	1,88	1,48	4,94	4,08	8,32	6,32	85,26	67,92	14,83	11,13
ТТК-53	Мякоть птицы тушеная в соусе	40/50	40/50	16,05	16,05	16,70	16,70	4,00	4,00	3,01	3,01	115,12	115,12	0,59	0,59
510./04	Каша гречневая вязкая	130	100	2,93	2,25	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 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			34,48	31,13	23,33	20,92	19,25	16,39	108,78	77,00	667,39	522,66	20,59	16,03
	<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"	144	143	10,57	10,49	1,30	1,29	0,00	0,00	11,66	11,58	61,92	61,49	22,08	21,93
541./04	Рагу овощное	200	150	11,94	8,96	4,00	3,00	16,60	12,45	23,00	17,25	257,40	193,05	10,53	7,90
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			24,15	20,95	7,08	6,02	17,00	12,85	49,44	42,41	393,22	323,46	32,66	29,86
	Итого за день			108,99	95,78	50,89	45,16	60,85	51,35	231,52	182,48	1655,72	1370,35	58,27	50,46
	ЧЕТВЕРГ 26.04														
	<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 пшеничная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	11,62	9,09	4,40	4,12	4,06	4,03	26,99	25,31	162,00	154,00	0,00	0,00
ТТК-305	Какао с молоком	180	150	5,93	4,94	2,95	2,46	3,24	2,70	22,82	19,02	132,26	110,22	1,43	1,20
	Итого			21,58	18,06	8,98	8,21	12,00	11,43	60,21	54,73	384,68	354,64	1,43	1,20
	<u>2 Завтрак</u>														
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
	<u>Обед</u>														
ТТК-424	Салат "Розовые щечки" (без лука)	55	41	3,81	2,84	1,00	0,75	2,90	2,18	3,80	2,85	46,00	34,50	5,10	3,83
135./04	Суп из овощей со сметаной	200/10	150/10	7,00	5,70	2,04	1,60	5,02	4,14	13,12	7,76	105,82	74,70	14,30	10,80
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
520./04	Картофельное пюре	150	130	8,57	7,43	3,00	2,60	4,80	4,16	20,40	17,68	140,00	121,33	18,10	15,69
ТТК-317	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов	200	150	1,56	1,17	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			39,76	35,70	18,09	16,44	22,58	20,28	111,40	81,91	686,90	537,85	30,30	26,00
	<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

	Ужин														
294/96	Сырники из творога с соусом сметанным "Сластена"	150/30	100/50	52,49	37,40	28,60	19,64	20,35	14,92	21,06	18,00	381,79	284,84	0,46	0,41
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			54,13	38,90	30,38	21,37	20,75	15,32	35,84	31,58	455,69	353,76	0,50	0,44
	Итого за день			130,15	107,34	62,76	51,33	59,83	51,53	225,96	186,73	1663,05	1382,03	37,89	33,30
	ПЯТНИЦА 27.04														
	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	5,95	5,95	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
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			22,86	19,98	15,34	13,39	18,35	16,28	44,34	35,79	404,42	343,42	2,07	1,65
	2 завтрак														
698./04	Кефир	170	135	14,00	11,12	5,10	4,05	4,26	3,38	6,80	5,40	85,86	68,18	1,25	0,99
	Итого			14,00	11,12	5,10	4,05	4,26	3,38	6,80	5,40	85,86	68,18	1,25	0,99
	Обед														
45./04	Салат из квашеной капусты (без лука)	54	40	4,31	3,24	0,70	0,52	3,00	2,25	4,26	3,16	46,84	34,97	13,90	10,45
132./04	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	200/10	150/10	7,85	6,34	1,96	1,49	5,59	4,26	13,59	10,35	112,80	85,94	6,06	4,62
ТТК-650	Котлеты "Челнинские"	75	75	16,07	16,07	9,00	9,00	10,00	10,00	3,00	3,00	139,00	139,00	0,34	0,34
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			37,50	33,20	21,68	19,17	23,86	20,71	120,36	89,27	748,42	582,73	20,30	15,41
	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														
	Десерт фруктовый "Яблоко"	140	130	10,80	10,03	0,56	0,52	0,00	0,00	13,71	12,73	53,20	49,40	22,40	20,80
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
318/10	Картофель отварной	150	130	8,06	6,99	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	0,53	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			29,52	27,54	12,49	12,02	10,16	9,58	57,66	52,41	372,15	344,39	47,03	42,62
	Итого за день			114,24	102,20	59,92	53,94	61,12	54,45	238,07	191,79	1708,23	1436,10	73,11	63,12
	СУББОТА 28.04														
	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

	Молоко молочная яичная (вязкая)	200/3	150/3	12,03	9,40	4,40	4,12	4,06	4,03	26,99	25,31	162,00	154,00	0,00	0,00
648./04	с маслом	200	150	1,61	1,21	0,00	0,00	0,00	0,00	30,60	22,95	118,00	88,50	0,00	0,00
	Итого			20,32	17,29	7,33	7,05	10,11	10,08	67,99	58,66	387,77	350,27	0,14	0,14
	<u>2 завтрак</u>														
698./04	Кефир	170	135	14,00	11,12	5,10	4,05	4,26	3,38	6,80	5,40	85,86	68,18	1,25	0,99
	Итого			14,00	11,12	5,10	4,05	4,26	3,38	6,80	5,40	85,86	68,18	1,25	0,99
	<u>Обед</u>														
78./04	Икра морковная	60	50	2,98	2,48	1,32	1,10	4,56	3,80	6,84	5,70	76,80	64,00	7,68	6,40
133./04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	14,80	13,56	6,34	5,78	7,75	7,15	16,40	12,30	161,00	137,00	8,10	6,30
ТТК-738	Котлеты "Крестьянские"	75	75	18,00	18,00	10,00	10,00	3,00	3,00	6,00	6,00	90,00	90,00	0,35	0,35
510./04	Каша пшенная вязкая	130	100	3,02	2,32	3,64	2,80	5,85	4,50	20,80	16,00	150,40	115,69	0,00	0,00
ТТК-147	Компот из черной смородины	200	150	2,53	1,90	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			44,53	41,20	21,35	19,27	22,02	19,26	112,52	84,47	721,48	571,41	34,93	26,90
	<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
ТТК-814	Булочка "Домашняя"	30	30	0,97	0,97	2,24	2,24	3,93	3,93	18,27	18,27	117,63	117,63	0,00	0,00
	Итого			11,33	11,33	7,55	7,55	8,43	8,43	27,18	27,18	215,01	215,01	2,46	2,46
	<u>Ужин</u>														
	Десерт фруктовый "Яблоко"	140	131	10,80	10,11	0,56	0,52	0,00	0,00	13,71	12,83	53,20	49,78	22,40	20,96
269./04	Запеканка овощная с соусом сметанным	150/30	100/50	12,10	9,46	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	0,53	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			24,54	21,07	8,46	7,05	16,81	14,40	56,39	46,51	410,87	344,30	35,94	32,19
	Итого за день			114,72	102,01	49,79	44,97	61,63	55,55	270,88	222,22	1820,99	1549,17	74,72	62,68

	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:	729,85	644,83	339,20	264,31	363,12	295,33	1489,05	1207,31	10535,37	8814,86	314,11	283,06
В среднем в день	121,64	107,47	56,53	44,05	60,52	49,22	248,17	201,22	1755,89	1469,14	52,35	47,18

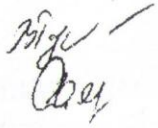
Рекомендуемые нормы физиологических потребностей для детей с 3 до 7 лет в пищевых веществах и энергии согласно СанПиН 2.4.1.3049 - 13 "Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях"

Генеральный директор

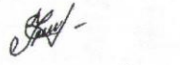
Зам. директора по произ-ву

Экономист по ценам

Зам. начальника производственного отдела


В.П. Гусева


Р.И. Самигулова


Н.В. Журавлева

Ю.В. Прокофьева