

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

НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ С 26.03.18г по 30.03.18г

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Цена		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
						Белки		Жиры		Углеводы					
№ реп.		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
	ПОНЕДЕЛЬНИК 26.03														
	<u>Завтрак</u>														
3_04	Батон с маслом с сыром	20/5/5	20/5/5	6,88	6,88	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	1,58	1,18	0,00	0,00	0,00	0,00	30,60	22,95	118,00	88,50	0,00	0,00
	Итого			12,69	11,23	7,13	6,08	14,05	12,05	69,40	54,65	428,17	348,07	0,14	0,14
	<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>														
ТТК-129	Салат "Здоровье"	50	45	2,59	2,33	0,66	0,59	7,02	6,32	3,11	2,80	78,28	70,45	3,22	2,90
138/04	Суп картоф. с перлов. крупой	200	150	3,86	2,89	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	38,80	38,80	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	1,51	1,13	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			49,96	48,09	19,25	18,12	19,04	17,74	103,39	74,22	607,36	487,22	34,77	32,69
	<u>Поддник</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>														
390_04	Котлеты рыбные "Любительские"	75	75	23,58	23,58	10,72	10,72	3,19	3,19	2,31	2,31	80,82	80,82	2,99	2,99
318/10	Картофель отварной	150	130	7,75	6,71	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	0,51	0,38	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			32,95	31,78	15,37	14,94	7,91	7,33	40,09	35,82	297,07	273,11	24,03	21,22

УТВЕРЖДАЮ:

ПОНЕДЕЛЬНИК 27.03															
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
161./04	Суп молочный с пшеном	200	150	6,72	5,04	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	5,87	4,89	2,95	2,46	3,24	2,70	22,82	19,02	132,26	110,22	1,43	1,20
	Итого			16,62	13,96	10,34	8,41	14,58	12,38	52,50	43,88	382,68	320,64	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	2,55	2,13	0,48	0,40	6,00	5,00	5,76	4,80	78,96	65,80	3,07	2,56
148./04	Суп -лапша по-домашнему с мясными фрикадельками	200/25	150/25	14,32	13,10	7,64	5,94	7,74	6,02	11,42	8,88	148,00	115,11	0,65	0,51
ТТК-738	Котлеты "Крестьянские"	75	75	18,59	18,59	10,00	10,00	3,00	3,00	6,00	6,00	90,00	90,00	0,35	0,35
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	2,46	1,85	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			44,48	41,20	45,69	37,10	26,62	21,76	137,40	110,88	994,47	765,65	24,87	22,77
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	11,69	10,20	0,60	0,52	0,00	0,00	14,60	12,74	56,62	49,40	23,84	20,80
362./04	Пудинг из творога с соусом сметанным "Сластена"	150/30	100/50	48,31	34,61	22,10	18,40	17,10	14,30	35,60	29,70	385,00	321,00	0,48	0,36
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,51	0,38	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			61,62	46,30	24,48	20,65	17,50	14,70	64,98	56,02	515,52	439,32	24,36	21,19
	Итого за день			137,67	116,41	85,82	71,47	63,20	53,34	273,99	229,89	2030,85	1663,79	57,42	51,69
СРЕДА 28.03															
Завтрак															
3./04	Батон с сыром	20/5	20/5	4,35	4,35	2,90	2,90	1,95	1,95	10,40	10,40	70,75	70,75	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	5,92	4,78	2,85	2,34	2,41	2,00	14,36	10,63	91,00	70,00	1,17	0,98
	Итого			22,30	18,53	8,85	7,64	9,36	7,75	45,86	37,03	301,75	248,55	1,31	1,12
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	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
Обед															
ТТК-62	Салат из отварной свеклы	60	50	1,34	1,12	0,60	0,50	3,60	3,00	4,80	4,00	54,00	45,00	5,17	4,31
124/04	Щи из свежей капусты с карт. со смет.	200/10	150/10	5,97	4,99	1,88	1,48	4,94	4,08	8,32	6,32	85,26	67,92	14,83	11,13

	в "Золотой петушок"	50/150	50/100	24,09	22,03	37,56	28,17	15,50	11,62	58,98	44,23	525,40	394,05	0,51	0,38
ТТК-315	Компот "Фруктовый" из изюма	200	150	3,01	2,26	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			37,61	33,34	40,29	29,89	24,90	19,51	138,38	103,32	931,94	685,49	18,51	15,82
	<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"	147	146	10,79	10,71	1,32	1,31	0,00	0,00	11,91	11,83	63,21	62,78	22,54	22,39
ТТК-730	Фрикал. рыбные "Капелька" с соус. томатн	50/30	50/30	15,90	15,90	7,28	7,28	5,44	5,44	6,17	6,17	102,70	102,70	3,59	3,59
520./04	Картофельное пюре	180	130	9,96	7,20	3,60	2,60	5,76	4,16	24,48	17,68	168,00	121,33	21,72	15,69
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,51	0,38	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			38,27	35,30	13,98	12,92	11,60	10,00	57,34	49,26	407,81	355,73	47,89	41,70
	Итого за день			122,24	109,99	74,12	61,00	56,50	47,52	268,22	215,65	1887,73	1528,43	71,27	62,08
	ЧЕТВЕРГ 29.03														
	<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	11,60	9,08	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	5,87	4,89	2,95	2,46	3,24	2,70	22,82	19,02	132,26	110,22	1,43	1,20
	Итого			21,50	18,00	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>														
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
133./04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	13,65	12,46	6,34	5,78	7,75	7,15	16,40	12,30	161,00	137,00	8,10	6,30
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
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-317	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов	200	150	1,51	1,13	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			42,34	38,67	21,86	20,47	24,27	22,03	119,12	89,42	760,43	596,81	19,76	15,13
	<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

		ВТРЕДЖПДЮ													
294/96	Сырники из творога с соусом сметанным "Сластена"	150/30	100/50	52,39	37,32	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	0,51	0,38	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			54,01	38,81	30,38	21,37	20,75	15,32	35,84	31,58	455,69	353,76	0,50	0,44
	Итого за день			132,53	110,16	66,53	55,36	61,52	53,28	233,68	194,24	1736,58	1440,99	27,35	22,43
	ПЯТНИЦА 30.03														
	Завтрак														
3/04	Батон с сыром	20/5	20/5	4,35	4,35	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	5,57	5,57	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	6,91	5,18	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	5,92	4,78	2,85	2,34	2,41	2,00	14,36	10,63	91,00	70,00	1,17	0,98
	Итого			22,75	19,88	16,61	14,66	15,60	13,53	44,34	35,79	384,75	323,75	2,21	1,79
	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	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
	Обед														
ТТК-424	Салат "Розовые щечки" (без лука)	55	41	2,92	2,18	1,05	0,78	2,75	2,05	3,54	2,64	43,09	32,12	3,93	2,93
135/04	Суп из овощей со сметаной	200/10	150/10	6,92	5,64	2,04	1,60	5,02	4,14	13,12	7,76	105,82	74,70	14,30	10,80
ТТК-650	Котлеты "Челнинские"	75	75	16,68	16,68	9,00	9,00	10,00	10,00	3,00	3,00	139,00	139,00	0,34	0,34
510/04	Каша гречневая вязкая	130	100	3,01	2,32	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			35,55	31,87	20,04	18,72	24,48	21,50	109,51	80,27	715,72	547,74	18,57	14,07
	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
ТТК-814	Булочка "Домашняя"	30	30	0,96	0,96	2,24	2,24	3,93	3,93	18,27	18,27	117,63	117,63	0,00	0,00
	Итого			11,32	11,32	7,55	7,55	8,43	8,43	27,18	27,18	215,01	215,01	2,46	2,46
	Ужин														
	Десерт фруктовый "Яблоко"	140	130	10,98	10,20	0,56	0,52	0,00	0,00	13,71	12,73	53,20	49,40	22,40	20,80
541/04	Рагу овощное	180	150	10,65	8,88	3,60	3,00	14,94	12,45	20,70	17,25	231,66	193,05	9,48	7,90
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,51	0,38	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			23,25	20,57	5,94	5,25	15,34	12,85	49,19	43,56	358,76	311,37	31,92	28,73
	Итого за день			105,23	94,76	54,64	50,23	67,61	59,69	236,22	192,20	1749,99	1466,05	56,26	48,04

	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:	608,22	537,37	283,15	220,50	294,32	246,45	1244,1	1015,8	8875,9	7345,8	262,11	236,14
В среднем в день	121,64	107,47	56,63	44,10	58,86	49,29	248,82	203,16	1775,19	1469,17	52,42	47,23

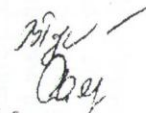
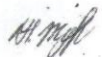
Рекомендуемые нормы физиологических потребностей для детей с 3 до 7 лет в пищевых веществах и энергии согласно СанПиН 2.4.1.3049 - 13 "Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях"

Генеральный директор

Зам. директора по произ-ву

Экономист по ценам

Зам. начальника производственного отдела

Handwritten signatures:




В.П. Гусева

Р.И. Самигулова

Н.В. Журавлева

Ю.В. Прокофьева