

УТВЕРЖДАЮ:

Главный специалист отдела
дошкольного образования
Фатхуллина Г.А.

Г.А. Фатхуллина

2,4 группа

НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ С 15.10.18г по 19.10.18г

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

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Цена		Пищевые вещества (г)				Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
		сад	ясли	сад	ясли	Белки	Жиры	Углеводы	сад	ясли	сад	ясли	С
№ реп.	ПО НЕДЕЛЬНИК 15/10												
	Завтрак												
3/04	Батон с маслом с сыром	20/5/5	20/5/5	6,68	6,68	2,93	6,05	10,40	10,40	107,77	107,77	0,14	0,14
517/04	Макаронные отварные с овощами (без перца)	200	150	9,45	7,09	5,19	4,79	37,80	28,35	215,00	161,25	0,00	0,00
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,57	0,43	0,18	0,00	4,78	3,58	19,90	14,92	0,04	0,03
	Итого			16,70	14,20	8,30	10,84	52,98	42,33	342,67	283,94	0,18	0,17
	2 Завтрак												
707/04	Сок разливной	170	170	4,94	4,94	0,00	0,00	10,20	10,20	40,80	40,80	3,40	3,40
	Итого			4,94	4,94	0,00	0,00	10,20	10,20	40,80	40,80	3,40	3,40
	Обед												
ТТК-424	Салат "Розовые щечки"	60	50	2,80	2,33	0,86	2,26	2,90	2,42	35,26	29,38	3,23	2,69
124/04	Щи из свежей капусты с карт. со смет.	200/5	150/5	4,51	3,61	1,74	4,19	8,16	6,16	77,30	60,00	14,81	11,12
ТТК-331	Котлеты "Любимые"	75	75	14,57	14,57	9,26	8,04	1,27	1,27	175,08	175,08	0,50	0,50
216/04	Картофель тушеный	150	130	9,22	7,99	3,15	9,60	27,71	24,02	209,81	181,84	10,92	9,46
ТТК-305	Какао с молоком	180	150	6,10	5,09	2,95	3,24	22,82	19,02	132,26	110,22	1,43	1,20
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,11	1,11	1,60	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/40,6	1/40,6	2,09	1,83	3,25	0,46	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			40,40	36,53	22,81	28,19	107,74	81,15	785,79	639,84	30,89	24,98
	Полдник												
697/04	Молоко кипяченое	180	180	10,36	10,36	5,31	4,50	8,91	8,91	97,38	97,38	2,46	2,46
	Итого			10,36	10,36	5,31	4,50	8,91	8,91	97,38	97,38	2,46	2,46
	Ужин												
	Десерт фруктовый "Яблоко"	151	145	7,64	7,34	0,59	0,00	14,61	14,03	56,63	54,38	23,85	22,90
388/04	Биточки рыбные	75	75	18,39	18,39	12,26	9,75	1,18	1,18	178,90	178,90	0,21	0,21
510/04	Каша рисовая вязкая	130	100	3,57	2,75	1,95	5,07	19,89	15,30	132,99	102,30	0,00	0,00
ТТК-317	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов	200	150	1,69	1,27	0,60	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	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			32,40	30,86	17,00	15,22	14,05	87,08	546,52	482,58	24,51	23,45
	Итого за день			104,80	96,89	53,42	58,75	266,91	216,65	1813,16	1544,54	61,44	54,45

		50/50	50/50	35,27	35,27	13,90	13,90	6,50	6,50	4,00	4,00	132,00	132,00	0,06	0,06
	«ля вязкая	130	100	2,92	2,24	2,73	2,10	5,20	4,00	18,46	14,20	131,56	101,20	0,00	0,00
	«от вишневый	200	150	4,52	3,39	0,40	0,30	0,00	0,00	46,60	34,95	188,00	141,00	2,58	1,93
	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			51,33	48,04	24,44	23,96	19,44	16,67	122,58	98,80	781,16	591,16	11,56	9,04
	Поддник														
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	1,12	1,12	2,24	2,24	3,93	3,93	18,27	18,27	117,63	117,63	0,00	0,00
	Итого			11,48	11,48	7,55	7,55	8,43	8,43	27,18	27,18	215,01	215,01	2,46	2,46
	Ужин														
	Тефтели рыбо- крупяные с овощами с соусом томатным	50/50	50/50	10,87	10,87	8,60	8,60	4,11	4,11	10,54	10,54	114,00	114,00	1,36	1,36
ТТК-807	Картофельное пюре	150	130	5,91	5,13	3,00	2,60	4,80	4,16	20,40	17,68	140,00	121,33	18,10	15,69
520./04	Чай полусладкий с мармеладом	200/15	-	2,48		0,18	0,00	0,00	0,00	16,93	0,00	69,40	0,00	0,04	0,00
ТТК-475	Чай полусладкий	-	150		0,43	0,00	0,13	0,00	0,00	0,00	3,58	0,00	14,92	0,00	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			20,37	17,54	13,38	12,93	9,31	8,67	57,87	41,80	377,40	304,25	19,50	17,08
	Итого за день			118,87	109,49	64,10	60,59	58,52	53,12	280,60	228,56	1932,76	1592,34	39,69	34,12
	ЧЕТВЕРГ 18/10														
	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 крупой "Геркулес"	200	150	7,58	5,68	4,38	3,29	7,66	5,75	12,21	9,16	123,66	92,75	1,00	0,75
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,57	0,43	0,18	0,13	0,00	0,00	4,78	3,58	19,90	14,92	0,04	0,03
	Итого			12,18	10,14	6,19	5,05	12,36	10,45	27,39	23,14	233,98	198,09	1,04	0,78
	2 Завтрак														
707./04	Сок разливной	160	160	4,65	4,65	0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	9,60	38,40	38,40	3,20	3,20
	Итого			4,65	4,65	0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	9,60	38,40	38,40	3,20	3,20
	Обед														
ТТК-129	Салат "Здоровье"	60	50	2,92	2,44	0,79	0,66	8,42	7,02	3,73	3,11	93,94	78,28	3,86	3,22
148./04	Суп -лапша по-домашнему с мясными фрикадельками	200/25	150/25	14,11	12,91	7,64	5,94	7,74	6,02	11,42	8,88	148,00	115,11	0,65	0,51
ТТК-393	Голубцы "Ленивые" с соусом смет с томат	200	200	29,07	29,07	13,50	13,50	11,57	11,57	25,10	25,10	256,45	256,45	38,10	38,10
ТТК-317	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов	200	150	1,69	1,27	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			50,99	48,63	23,38	20,99	23,59	20,41	109,53	88,91	778,47	626,16	43,06	42,16
	Поддник														
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-956	Салат "Фруктовый коктейль"	75	75	10,04	10,04	0,33	0,33	7,48	7,48	6,13	6,13	25,75	25,75	18,30	18,30
ТТК-341	Запеканка "Сладкоужка" с соусом	150/50	100/50	49,70	34,05	22,93	15,87	12,95	17,40	38,62	29,72	402,90	299,05	0,00	0,00
648/04	молочным сладким	200	150	1,92	1,44	0,00	0,00	0,00	0,00	30,60	22,95	118,00	88,50	0,00	0,00
	Кисель	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 "Рябинушка"			62,77	46,64	24,86	17,80	25,28	20,83	85,35	68,80	600,65	467,30	18,30	18,30
	Итого			140,95	120,42	59,74	49,15	65,73	56,19	240,78	199,36	1748,88	1427,33	68,06	66,90
	Итого за день														
	ПЯТНИЦА 19/10														
	Завтрак	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
3/04	Батон с сыром	200/3	150/3	12,86	10,03	6,82	4,37	7,99	5,99	30,16	24,87	261,83	196,37	1,68	1,26
ТТК-301	Каша молочная "Дружба"														
395/10	(жидкая) с маслом	180	150	6,05	4,87	2,85	2,34	2,41	2,00	14,36	10,63	91,00	70,00	1,17	0,98
	Кофейный напиток с молоком			23,06	19,05	12,57	9,61	12,35	9,94	54,92	45,90	423,58	337,12	2,99	2,38
	Итого														
	2 завтрак														
698/04	Кефир	160	150	13,18	12,36	4,80	4,50	4,01	3,76	6,40	6,00	80,81	75,76	3,20	3,00
	Итого			13,18	12,36	4,80	4,50	4,01	3,76	6,40	6,00	80,81	75,76	3,20	3,00
	Обед														
	Салат из моркови с яблоками и	60	50	2,29	1,91	0,78	0,65	3,07	2,56	6,56	5,47	57,06	47,55	2,95	2,46
39/10	курагой	200/5	150/5	4,85	3,86	1,74	1,34	4,91	3,87	10,64	8,02	93,71	72,27	8,21	6,16
110/04	Борщ из св. капусты с карт. со														
	сметаной	60	60	16,52	16,52	6,60	6,60	9,00	9,00	1,80	1,80	115,00	115,00	0,35	0,35
ТТК-653	Зразы мясные "Любимые" с														
510/04	сыром	130	100	3,19	2,45	3,42	2,63	3,42	2,63	21,01	16,16	128,44	98,80	0,00	0,00
ТТК-911	Каша пшеничная вязкая	200	150	6,68	5,01	0,12	0,09	0,04	0,03	21,42	16,07	86,44	64,83	5,00	3,75
	Напиток "Цитрусовый"	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 "Рябинушка"	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
	Хлеб "Дарницкий"			36,73	32,69	17,51	15,75	21,30	18,90	106,31	75,79	636,73	481,77	16,51	12,72
	Итого														
	Подник														
	Молоко кипяченое с печеньем	180/18	180/18	11,80	11,80	6,75	6,75	7,74	7,74	20,25	20,25	183,78	183,78	2,46	2,46
697/04	"Барокко"			11,80	11,80	6,75	6,75	7,74	7,74	20,25	20,25	183,78	183,78	2,46	2,46
	Итого														
	Ужин														
	Десерт фруктовый "Груша"	160	156	13,97	13,62	0,63	0,61	0,00	0,00	16,49	16,08	75,20	73,32	8,00	7,80
344/10	Рагу овощное	200	150	10,03	7,53	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	0,57	0,43	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			25,68	22,69	6,41	5,34	17,00	12,85	54,27	46,91	406,50	335,29	18,57	15,73
	Итого за день			110,45	98,59	48,04	41,95	62,40	53,19	242,15	194,84	1731,40	1413,72	43,73	36,28

	Цена		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
	Белки		Жиры		Углеводы				сад	если	сад	если
	сад	если	сад	если	сад	если						
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:	608,27	537,30	282,6	219,9	310,9	246,7	1243,2	1014,4	8955,1	7347,2	239,92	214,24
В среднем в день	121,65	107,46	56,51	43,98	62,18	49,34	248,63	202,87	1791,02	1469,45	47,98	42,85

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



В.П. Гусева

Зам. директора по производству и качеству



Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам



Н.В. Журавлева

Зам. начальника производственного отдела



Ю.В. Будилова