


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 05.02.18г по 09.02.18г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Цена		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
						Белки		Жиры		Углеводы				С	
№ рец.	<u>ПОНЕДЕЛЬНИК 05/02</u>	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
	<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 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	1,56	1,17	0,00	0,00	0,00	0,00	30,60	22,95	118,00	88,50	0,00	0,00
	Итого			12,84	11,35	8,19	6,88	11,31	10,00	73,32	57,59	423,37	344,57	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>														
71/04	Винегрет овощной	60	45	3,02	2,26	0,84	0,63	6,06	4,55	4,08	3,06	74,00	55,50	9,72	7,29
124/04	Щи из свежей капусты с карт. с мясн. фрикад. со сметаной	200/25/10	150/25/10	13,70	13,06	5,63	5,23	8,94	8,08	8,32	6,32	136,26	118,92	15,08	11,38
ТТК-394	Запеканка картофельная с мясом птицы с соусом молочным	180/25	130/25	20,53	15,64	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	1,50	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			41,95	35,03	25,17	20,55	39,58	26,31	124,49	97,90	956,06	711,66	29,51	22,09
	<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>														
43/04	Салат из свежей капусты	50	45	0,93	0,84	0,79	0,71	2,50	2,25	5,00	4,50	45,63	41,07	8,33	7,50
330/96	Шницель рыбный натуральный	75	75	24,48	24,48	8,40	8,40	6,80	6,80	3,39	3,39	130,75	130,75	0,77	0,77
510./04	Каша рисовая вязкая	130	100	3,58	2,76	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	0,50	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			30,60	29,57	12,92	12,34	14,77	13,35	43,06	36,77	383,27	343,04	9,14	8,30
	Итого за день			100,34	90,90	51,59	45,08	70,16	54,16	259,98	211,37	1900,88	1537,45	44,65	36,39

78./04	Салат "Зайка"	60	45	1,71	1,28	0,60	0,45	3,00	2,25	6,12	4,59	54,00	40,50	13,44	10,08
110./04	Борщ из св. капусты с карт.на мясокостном бульоне со сметаной	200/10	150/10	6,24	5,13	1,88	1,74	5,66	4,91	10,80	10,64	101,66	93,71	8,23	8,21
437/04	Гуляш из говядины	50/50	50/50	34,75	34,75	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	3,05	2,35	3,90	3,00	5,85	4,50	19,37	14,90	145,73	112,10	0,00	0,00
ТТК-911	Напиток "Цитрусовый"	200	150	3,50	2,63	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			52,45	49,08	25,25	23,62	21,91	19,00	103,59	78,47	675,91	540,46	26,73	22,10
	<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	0,93	0,93	2,24	2,24	3,93	3,93	18,27	18,27	117,63	117,63	0,00	0,00
	Итого			11,29	11,29	7,55	7,55	8,43	8,43	27,18	27,18	215,01	215,01	2,46	2,46
	<u>Ужин</u>														
ТТК-734	Котлеты рыбные "Морячка"	75	75	24,68	24,68	15,77	15,77	2,76	2,76	7,30	7,30	117,00	117,00	2,29	2,29
520./04	Картофельное пюре	150	150	7,09	7,09	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	0,50	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			33,38	33,26	20,55	20,50	7,96	7,96	42,48	41,28	330,90	325,92	20,43	20,42
	Итого за день			135,44	123,35	67,28	63,48	56,72	47,22	234,17	197,75	1685,18	1438,34	54,49	49,02
	ЧЕТВЕРГ 08/02														
	<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
302/04	Каша молочная ячневая (вязкая) с маслом	200/3	150/3	11,58	9,06	4,40	4,12	4,06	4,03	26,99	25,31	162,00	154,00	0,00	0,00
395/10	Кофейный напиток с молоком	180	150	5,90	4,76	2,85	2,34	2,41	2,00	14,36	10,63	91,00	70,00	1,17	0,98
	Итого			21,51	17,85	8,88	8,09	11,17	10,73	51,75	46,34	343,42	314,42	1,17	0,98
	<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-62	Салат из отварной свеклы	60	45	1,33	1,00	0,60	0,45	3,60	2,70	4,80	3,60	54,00	40,50	5,71	4,28
133./04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	12,23	11,29	6,34	5,78	7,75	7,15	16,40	12,30	161,00	137,00	8,10	6,30
ТТК-739	Котлеты "Татарские"	75	75	16,69	16,69	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	130	5,65	4,90	3,75	3,25	6,92	6,00	16,15	14,00	141,30	122,46	24,55	21,28
ТТК-147	Компот из черной смородины	200	150	2,37	1,78	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			41,47	38,60	24,74	23,07	29,13	23,16	103,83	77,37	738,58	601,68	64,50	51,55
	<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 "Апельсин"	150	147	10,82	10,60	1,35	1,32	0,00	0,00	12,15	11,91	64,50	63,21	23,00	22,54
367./04	Галушки из творога отварные с маслом	195/5	145/5	44,24	33,55	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	0,50	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			56,67	45,64	30,46	23,38	14,27	11,77	75,72	61,78	567,71	460,94	23,61	22,99
	Итого за день			134,33	116,77	69,39	59,85	59,07	50,16	249,82	204,00	1785,49	1512,82	94,94	81,18
	<u>ПЯТНИЦА 09/02</u>														
	<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
337./04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	4,36	4,36	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	6,69	5,02	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	5,85	4,87	2,95	2,46	3,24	2,70	22,82	19,02	132,26	110,22	1,43	1,20
	Итого			23,78	21,13	16,58	14,69	19,09	17,25	52,32	43,82	447,43	389,29	2,47	2,01
	<u>2 завтрак</u>														
698./04	Кефир	150	135	12,36	11,12	4,50	4,05	3,75	3,38	6,00	5,40	75,75	68,18	3,00	2,70
	Итого			12,36	11,12	4,50	4,05	3,75	3,38	6,00	5,40	75,75	68,18	3,00	2,70
	<u>Обед</u>														
ТТК-65	Морковь тертая с сахаром	60	45	1,31	0,98	0,60	0,45	0,07	0,05	6,96	5,22	30,00	22,50	2,88	2,16
139./04	Суп картофельный с горохом с мясными фрикадельками	200/25	150/25	11,94	11,29	8,71	7,47	8,48	7,36	17,84	13,38	182,52	149,64	4,85	3,70
ТТК-450	Котлета "Камская"	75	75	18,61	18,61	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	3,02	2,32	3,19	2,45	3,01	2,32	18,67	14,36	107,23	82,48	0,00	0,00
ТТК-315	Компот "Фруктовый" из чернослива	200	150	3,27	2,45	0,60	0,45	0,00	0,00	29,00	21,75	116,00	87,00	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			41,35	38,59	27,95	25,26	15,42	13,53	116,35	88,98	681,83	527,94	8,08	6,21
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое с печеньем "Со вкусом топл. молока"	180/14	180/14	11,48	11,48	6,43	6,43	6,46	6,46	18,43	18,43	157,58	157,58	2,46	2,46
	Итого			11,48	11,48	6,43	6,43	6,46	6,46	18,43	18,43	157,58	157,58	2,46	2,46
	<u>Ужин</u>														
	Десерт фруктовый "Яблоко"	145	140	10,09	9,74	0,57	0,55	0,00	0,00	14,02	13,54	54,38	52,50	22,90	22,11
269./04	Запеканка овощная с соусом сметанным	150/30	100/50	10,21	8,20	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	0,50	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			21,91	19,43	8,47	7,08	16,81	14,40	56,70	47,22	412,05	347,02	36,44	33,34
	Итого за день			110,88	101,75	63,93	57,51	61,53	55,02	249,80	203,85	1774,64	1490,01	52,45	46,72

	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:	608,21	537,36	282,8	220,4	307,9	246,3	1240,9	1012,9	8883,7	7349,1	261,66	236,19
В среднем в день	121,64	107,47	56,55	44,08	61,59	49,27	248,17	202,58	1776,74	1469,82	52,33	47,24

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