

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 09.07.18г по 13.07.18г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Цена		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
						Белки		Жиры		Углеводы				С	
№ рец.	<u>ПОНЕДЕЛЬНИК 09/07</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	6,68	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			<b>12,93</b>	<b>11,37</b>	<b>8,19</b>	<b>6,88</b>	<b>11,31</b>	<b>10,00</b>	<b>73,32</b>	<b>57,59</b>	<b>423,37</b>	<b>344,57</b>	<b>0,14</b>	<b>0,14</b>
	<u>2 Завтрак</u>														
707./04	Сок разливной	170	170	4,80	4,80	0,00	0,00	0,00	0,00	11,40	10,20	45,60	40,80	3,80	3,40
	Итого			<b>4,80</b>	<b>4,80</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>11,40</b>	<b>10,20</b>	<b>45,60</b>	<b>40,80</b>	<b>3,80</b>	<b>3,40</b>
	<u>Обед</u>														
ТТК-62	Салат из отварной свеклы	50	45	3,27	2,94	0,50	0,45	3,00	2,70	4,00	3,60	45,00	40,50	4,76	4,28
124/04	Щи из свежей капусты с карт. с мясн. фрикад. со сметаной	200/25/5	150/25/5	13,65	12,77	5,49	5,09	8,19	7,33	8,16	6,16	128,31	110,97	15,06	11,37
ТТК-394	Запеканка картофельная с мясом птицы с соусом молочным	180/25	130/25	25,62	18,89	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	1,62	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			<b>47,36</b>	<b>38,76</b>	<b>22,69</b>	<b>19,23</b>	<b>35,77</b>	<b>28,72</b>	<b>124,25</b>	<b>98,28</b>	<b>919,11</b>	<b>692,71</b>	<b>24,53</b>	<b>19,07</b>
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое	180	180	10,36	10,36	6,75	6,75	7,02	7,02	21,15	21,15	174,78	174,78	2,46	2,46
	Итого			<b>10,36</b>	<b>10,36</b>	<b>6,75</b>	<b>6,75</b>	<b>7,02</b>	<b>7,02</b>	<b>21,15</b>	<b>21,15</b>	<b>174,78</b>	<b>174,78</b>	<b>2,46</b>	<b>2,46</b>
	<u>Ужин</u>														
ТТК-734	Биточки рыбные "Морячка"	75	75	12,01	12,01	15,77	15,77	2,76	2,76	7,30	7,30	117,00	117,00	2,29	2,29
510./04	Каша рисовая вязкая	130	100	3,63	2,79	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	0,55	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			<b>17,30</b>	<b>16,32</b>	<b>19,50</b>	<b>19,00</b>	<b>8,23</b>	<b>7,06</b>	<b>41,97</b>	<b>36,18</b>	<b>323,89</b>	<b>288,22</b>	<b>2,33</b>	<b>2,32</b>
	Итого за день			<b>92,75</b>	<b>81,61</b>	<b>57,13</b>	<b>51,86</b>	<b>62,33</b>	<b>52,80</b>	<b>272,09</b>	<b>223,40</b>	<b>1886,75</b>	<b>1541,08</b>	<b>33,26</b>	<b>27,39</b>

	<b>ВТОРНИК 10/07</b>														
	<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
337./04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	4,17	4,17	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			<b>21,18</b>	<b>18,27</b>	<b>15,34</b>	<b>13,39</b>	<b>18,35</b>	<b>16,28</b>	<b>44,34</b>	<b>35,79</b>	<b>404,42</b>	<b>343,42</b>	<b>2,07</b>	<b>1,65</b>
	<u>2 Завтрак</u>														
707./04	Сок разливной	170	170	4,80	4,80	0,00	0,00	0,00	0,00	10,20	10,20	40,80	40,80	3,40	3,40
	Итого			<b>4,80</b>	<b>4,80</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>10,20</b>	<b>10,20</b>	<b>40,80</b>	<b>40,80</b>	<b>3,40</b>	<b>3,40</b>
	<u>Обед</u>														
43./04	Салат из свежей капусты (с зел. луком)	50	50	2,30	2,30	0,70	0,70	2,54	2,54	4,32	4,32	42,94	42,94	17,47	17,47
135/04	Суп из овощей со сметаной	200/5	150/5	6,61	5,19	1,90	1,46	4,27	3,39	10,08	7,60	86,35	66,75	14,15	10,15
ТТК-653	Зразы мясные "Любимые" с сыром	60	60	15,84	15,84	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	3,35	2,58	4,78	3,82	4,72	3,39	25,99	20,79	165,56	129,00	0,00	0,00
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			<b>34,54</b>	<b>31,28</b>	<b>15,03</b>	<b>17,92</b>	<b>21,39</b>	<b>19,13</b>	<b>112,67</b>	<b>86,48</b>	<b>691,93</b>	<b>549,51</b>	<b>31,97</b>	<b>27,97</b>
	<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			<b>10,36</b>	<b>10,36</b>	<b>5,31</b>	<b>5,31</b>	<b>4,50</b>	<b>4,50</b>	<b>8,91</b>	<b>8,91</b>	<b>97,38</b>	<b>97,38</b>	<b>2,46</b>	<b>2,46</b>
	<u>Ужин</u>														
	Десерт фруктовый "Яблоко"	152	140	15,95	14,70	0,60	0,55	0,00	0,00	14,70	13,54	57,00	52,50	24,01	22,11
367./04	Галушки из творога отварные с маслом	195/5	145/5	44,34	33,62	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	0,55	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			<b>61,95</b>	<b>49,84</b>	<b>29,71</b>	<b>22,61</b>	<b>14,27</b>	<b>11,77</b>	<b>78,27</b>	<b>63,41</b>	<b>560,21</b>	<b>450,23</b>	<b>24,62</b>	<b>22,56</b>
	Итого за день			<b>132,83</b>	<b>114,55</b>	<b>65,39</b>	<b>59,23</b>	<b>58,51</b>	<b>51,68</b>	<b>254,39</b>	<b>204,79</b>	<b>1794,74</b>	<b>1481,34</b>	<b>64,52</b>	<b>58,04</b>
	<b>СРЕДА 11/07</b>														
	<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 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			<b>22,15</b>	<b>18,51</b>	<b>7,68</b>	<b>6,49</b>	<b>12,94</b>	<b>11,20</b>	<b>54,32</b>	<b>45,42</b>	<b>362,68</b>	<b>308,44</b>	<b>1,43</b>	<b>1,20</b>
	<u>2 Завтрак</u>														
698./04	Кефир	150	135	12,36	11,12	5,10	4,20	4,56	3,51	6,80	5,60	85,56	70,71	3,40	2,80
	Итого			<b>12,36</b>	<b>11,12</b>	<b>5,10</b>	<b>4,20</b>	<b>4,56</b>	<b>3,51</b>	<b>6,80</b>	<b>5,60</b>	<b>85,56</b>	<b>70,71</b>	<b>3,40</b>	<b>2,80</b>
	<u>Обед</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			<b>10,36</b>	<b>10,36</b>	<b>5,31</b>	<b>5,31</b>	<b>4,50</b>	<b>4,50</b>	<b>8,91</b>	<b>8,91</b>	<b>97,38</b>	<b>97,38</b>	<b>2,46</b>	<b>2,46</b>
	Ужин														
ТТК-966	Запеканка из творога с курагой и морковью с соусом молочным сладким	150/50	100/50	44,51	30,58	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			<b>46,17</b>	<b>32,10</b>	<b>27,85</b>	<b>19,40</b>	<b>19,65</b>	<b>13,97</b>	<b>49,00</b>	<b>38,60</b>	<b>472,65</b>	<b>351,67</b>	<b>1,60</b>	<b>1,09</b>
	Итого за день			<b>134,03</b>	<b>110,19</b>	<b>63,85</b>	<b>50,84</b>	<b>68,13</b>	<b>54,37</b>	<b>235,86</b>	<b>185,68</b>	<b>1817,01</b>	<b>1444,55</b>	<b>48,34</b>	<b>42,14</b>
	<b>ПЯТНИЦА 13/07</b>														
	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	6,72	5,04	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	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			<b>16,77</b>	<b>14,09</b>	<b>10,18</b>	<b>8,29</b>	<b>13,14</b>	<b>11,30</b>	<b>52,02</b>	<b>43,52</b>	<b>367,08</b>	<b>308,94</b>	<b>2,33</b>	<b>1,87</b>
	2 завтрак														
698./04	Кефир	150	140	12,36	11,53	5,10	5,10	4,56	4,56	6,80	6,80	85,86	85,86	3,40	3,40
	Итого			<b>12,36</b>	<b>11,53</b>	<b>5,10</b>	<b>5,10</b>	<b>4,56</b>	<b>4,56</b>	<b>6,80</b>	<b>6,80</b>	<b>85,86</b>	<b>85,86</b>	<b>3,40</b>	<b>3,40</b>
	Обед														
ТТК-637	Салат из свеж. кап. с огурцом	50	45	1,33	1,20	0,72	0,65	2,24	2,02	2,20	1,98	32,00	28,80	19,30	17,37
110./04	Борщ из св. капусты с карт. со сметаной	200/5	150/5	6,88	5,38	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	34,73	34,73	13,90	13,90	6,50	6,50	4,00	4,00	132,00	132,00	0,06	0,06
510./04	Каша пшеничная вязкая	130	100	2,84	2,18	3,42	2,63	3,42	2,63	21,01	16,16	128,44	98,80	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			<b>50,60</b>	<b>47,65</b>	<b>18,23</b>	<b>16,41</b>	<b>17,93</b>	<b>10,83</b>	<b>100,13</b>	<b>81,98</b>	<b>666,23</b>	<b>526,19</b>	<b>21,02</b>	<b>18,93</b>
	Полдник														
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			<b>11,76</b>	<b>11,76</b>	<b>6,50</b>	<b>6,50</b>	<b>6,88</b>	<b>6,88</b>	<b>20,64</b>	<b>20,64</b>	<b>170,48</b>	<b>170,48</b>	<b>2,46</b>	<b>2,46</b>
	Ужин														
	Десерт фруктовый "Апельсин"	170	162	14,95	14,25	2,28	2,17	0,00	0,00	13,78	13,13	73,10	69,66	26,07	24,84
269./04	Запеканка овощная с соусом сметанным	150/30	100/50	13,33	10,28	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			<b>29,94</b>	<b>26,05</b>	<b>10,18</b>	<b>8,70</b>	<b>16,81</b>	<b>14,40</b>	<b>56,46</b>	<b>46,81</b>	<b>430,77</b>	<b>364,18</b>	<b>39,61</b>	<b>36,07</b>
	Итого за день			<b>121,43</b>	<b>111,08</b>	<b>50,19</b>	<b>45,00</b>	<b>59,32</b>	<b>47,97</b>	<b>236,05</b>	<b>199,75</b>	<b>1720,42</b>	<b>1455,65</b>	<b>68,82</b>	<b>62,73</b>

	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:	608,19	537,37	282,2	219,3	300,0	245,2	1270,6	1047,6	8990,5	7314,4	261,59	234,71
В среднем в день	121,64	107,47	56,44	43,87	60,01	49,05	254,12	209,53	1798,10	1462,88	52,32	46,94

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"

возраст детей	энергетическая ценность, ккал	белки, г	жиры,г	углеводы, г	Витамины (мг)
					С
3-7 лет	1710- 1890	51,3- 56,7	57- 63	247,95- 274,05	47,5- 52,5
до 3 лет	1330- 1470	39,9- 44,1	44,65- 49,35	192,85- 213,15	42,75- 47,25

Генеральный директор

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам. начальника производственного отдела

В.П. Гусева

Р.И. Самигулова

А.Р. Хамидуллина

Л.Х. Асылмарданова