


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 17.09.18г по 21.09.18г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Цена		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
						Белки		Жиры		Углеводы				С	
№ рец.	<u>ПОНЕДЕЛЬНИК 17/09</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) с сахаром	200	150	4,63	3,47	5,26	3,95	5,26	3,95	38,31	28,73	221,55	166,16	0,00	0,00
648./04	Кисель	200	150	1,90	1,43	0,00	0,00	0,00	0,00	30,60	22,95	118,00	88,50	0,00	0,00
	Итого			13,21	11,58	8,19	6,88	11,31	10,00	79,31	62,08	447,32	362,43	0,14	0,14
	<u>2 Завтрак</u>														
707./04	Сок разливной	170	170	4,94	4,94	0,00	0,00	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	0,00	0,00	10,20	10,20	40,80	40,80	3,40	3,40
	<u>Обед</u>														
ТТК-130	Салат "Метелка"	60	50	1,55	1,29	0,60	0,50	2,40	2,00	4,80	4,00	42,00	35,00	4,32	3,60
124/04	Щи из свежей капусты с карт. со смет.	200/5	150/5	4,42	3,54	1,74	1,34	4,19	3,33	8,16	6,16	77,30	60,00	14,81	11,12
ТТК-393	Запеканка карт. с мясом "Подомашнему" с соусом сметанным	180/25	180/25	26,14	26,14	11,98	11,98	15,66	15,66	19,70	19,70	391,90	391,90	34,64	34,64
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 "Рябиночка"	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			36,93	35,13	19,77	18,71	23,11	20,80	107,94	81,68	791,28	694,22	47,22	42,70
	<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 "Яблоко"	148	140	8,99	8,50	0,58	0,55	0,00	0,00	14,32	13,55	55,50	52,50	23,37	22,11
390./04	Котлеты рыбные "Любительские"	75	75	24,10	24,10	10,72	10,72	3,19	3,19	2,31	2,31	80,82	80,82	2,99	2,99
510./04	Каша рисовая вязкая	130	100	3,57	2,75	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 "Рябиночка"	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			38,32	36,87	15,03	14,50	8,66	7,49	51,30	44,74	343,21	304,54	26,40	25,13

	Итого за день			103,76	98,88	48,30	45,40	47,58	42,79	257,66	207,61	1719,99	1499,37	79,62	73,83
	ВТОРНИК 18/09														
	<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	5,69	5,69	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	7,03	5,27	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			22,76	19,83	15,34	13,39	18,35	16,28	44,34	35,79	404,42	343,42	2,07	1,65
	<u>2 Завтрак</u>														
707./04	Сок разливной	170	170	4,94	4,94	0,00	0,00	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	0,00	0,00	10,20	10,20	40,80	40,80	3,40	3,40
	<u>Обед</u>														
ТТК-62	Салат из отварной свеклы	60	50	1,57	1,31	0,60	0,50	3,60	3,00	4,80	4,00	54,00	45,00	5,71	4,76
133./04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	13,05	11,54	6,34	5,78	7,75	7,15	16,40	12,30	161,00	137,00	8,10	6,30
437./04	Гуляш из говядины	50/50	50/50	34,83	34,83	13,90	13,90	6,50	6,50	4,00	4,00	132,00	132,00	0,06	0,06
516./04	Макароны отварные	150	130	4,04	3,50	5,73	4,97	5,09	4,41	31,19	27,03	193,50	167,70	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			59,93	56,55	27,62	27,49	23,80	20,87	138,87	99,30	822,58	690,52	13,87	11,12
	<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>														
294/96	Сырники из творога с соусом молочным сладким	150/30	100/50	51,85	36,20	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	0,55	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			53,51	37,72	30,38	21,37	20,75	15,32	35,84	31,58	455,69	353,76	0,50	0,44
	Итого за день			151,50	129,40	78,65	67,56	67,40	56,97	238,16	185,78	1820,87	1525,88	22,30	19,07
	СРЕДА 19/09														
	<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
311./04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	12,14	9,48	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			24,84	21,18	8,98	7,79	14,29	12,55	54,32	45,42	380,03	325,79	1,57	1,34
	<u>2 Завтрак</u>														
698./04	Кефир	155	140	12,77	11,53	4,65	4,20	3,89	3,51	6,20	5,60	78,29	70,71	3,10	2,80
	Итого			12,77	11,53	4,65	4,20	3,89	3,51	6,20	5,60	78,29	70,71	3,10	2,80
	<u>Обед</u>														
ТТК-637	Салат из свеж. капусты с помидором	60	50	1,79	1,49	0,87	0,73	2,70	2,25	2,64	2,20	38,40	32,00	23,16	19,30

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-966	Запеканка из творога с курагой и морковью с соусом сметанным "Сластена"	150/50	100/50	45,92	31,96	25,10	16,70	17,00	11,32	27,60	18,40	348,00	232,00	1,40	0,90
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			47,58	33,48	26,88	18,43	17,40	11,72	42,38	31,98	421,90	300,92	1,44	0,93
	Итого за день			124,56	105,76	62,03	51,69	51,06	41,42	206,43	155,42	1441,24	1162,77	36,36	35,15
	<u>ПЯТНИЦА 21/09</u>														
	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
ТТК-301	Каша молочная "Дружба" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	13,69	9,89	6,82	4,37	7,99	5,99	30,16	24,87	261,83	196,37	1,68	1,26
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			26,39	21,59	12,70	9,76	17,28	14,74	63,38	54,29	501,86	414,36	3,25	2,60
	<u>2 завтрак</u>														
698./04	Кефир	160	140	13,18	11,53	4,80	4,20	4,01	3,51	6,40	5,60	80,81	70,71	3,20	2,80
	Итого			13,18	11,53	4,80	4,20	4,01	3,51	6,40	5,60	80,81	70,71	3,20	2,80
	Обед														
ТТК-980	Салат из моркови с бананом	60	50	4,10	3,42	0,79	0,66	4,10	3,42	8,29	6,90	64,30	53,58	3,66	3,05
110./04	Борщ из св. капусты с карт. со сметаной	200/5	150/5	4,81	3,82	1,74	1,34	4,91	3,87	10,64	8,02	93,71	72,27	8,21	6,16
ТТК-653	Зразы мясные "Любимые" с сыром	60	60	16,53	16,53	6,60	6,60	9,00	9,00	1,80	1,80	115,00	115,00	0,35	0,35
510./04	Каша гречневая вязкая	150	100	3,43	2,28	4,50	3,00	6,75	4,50	22,35	14,90	168,15	112,10	0,00	0,00
ТТК-147	Компот из черной смородины	200	150	2,43	1,82	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			34,50	30,81	18,68	16,19	25,62	21,60	108,56	76,09	684,44	532,67	33,02	23,91
	Полдник														
697./04	Молоко кипяченое с печеньем "Барокко"	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
	Итого			11,80	11,80	6,75	6,75	7,74	7,74	20,25	20,25	183,78	183,78	2,46	2,46
	Ужин														
	Десерт фруктовый "Яблоко"	140	140	8,50	8,50	0,55	0,55	0,00	0,00	13,55	13,55	52,50	52,50	22,11	22,11
344/10	Рагу овощное	200	150	9,93	7,45	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	0,55	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			20,09	17,47	6,33	5,28	17,00	12,85	51,33	44,38	383,80	314,47	32,68	30,04
	Итого за день			105,96	93,20	49,26	42,18	71,65	60,44	249,92	200,61	1834,69	1515,99	74,61	61,81

	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:	608,20	537,37	282,7	219,4	299,5	245,7	1241,4	984,8	8778,2	7348,3	262,37	236,21
В среднем в день	121,64	107,47	56,54	43,88	59,91	49,15	248,28	196,96	1755,64	1469,67	52,47	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

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