


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 22.10.18 г по 26.10.18 г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Цена		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
						Белки		Жиры		Углеводы				С	
№ рец.	<u>ПОНЕДЕЛЬНИК 22.10</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	5,20	3,90	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	1,92	1,44	0,00	0,00	0,00	0,00	30,60	22,95	118,00	88,50	0,00	0,00
	Итого			13,80	12,02	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-54	Салат "Бурячок"	60	50	2,51	2,09	0,90	0,75	2,40	2,00	4,80	4,00	44,40	37,00	5,88	4,90
131/04	Рассольник "Домашний" со сметаной	200/5	150/5	5,64	4,45	1,90	1,46	4,35	3,45	10,31	7,77	88,02	68,02	9,85	7,48
ТТК-394	Запеканка картофельная с мясом птицы с соусом молочным	180/25	180/25	22,05	22,05	13,25	13,25	23,72	23,72	49,81	49,81	465,72	465,72	4,26	4,26
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			35,09	32,80	21,50	20,35	31,33	24,98	127,10	103,40	873,22	644,06	15,44	11,98
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое с печеньем "Мона"	180/12	180/12	11,32	11,32	6,27	6,27	6,18	6,18	17,07	17,07	148,98	148,98	2,46	2,46
	Итого			11,32	11,32	6,27	6,27	6,18	6,18	17,07	17,07	148,98	148,98	2,46	2,46
	<u>Ужин</u>														
	Десерт фруктовый "Яблоко"	162	155	7,99	7,65	0,64	0,61	0,00	0,00	15,68	15,00	60,77	58,14	25,59	24,48
390./04	Котлеты рыбные "Любительские"	75	75	19,54	19,54	9,90	9,90	4,20	4,20	4,65	4,65	94,90	94,90	2,10	2,10
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	0,57	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			32,78	31,48	14,27	13,74	9,67	8,50	55,00	48,53	362,56	324,26	27,73	26,61
	Итого за день			97,93	92,56	50,23	47,24	58,49	49,66	288,68	241,28	1872,88	1520,53	49,17	44,59
	ВТОРНИК 23 .10														
	<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
161./04	Суп молочный с ячневой крупой	200	150	6,74	5,05	4,47	3,35	7,13	5,35	15,38	11,50	123,24	92,40	1,00	0,75
ТТК-305	Какао с молоком	180	150	6,10	5,09	2,95	2,46	3,24	2,70	22,82	19,02	132,26	110,22	1,43	1,20
	Итого			16,87	14,17	9,05	7,44	15,07	12,75	48,60	40,92	345,92	293,04	2,43	1,95
	<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>														
78./04	Салат "Зайка"	60	50	1,79	1,49	0,60	0,50	3,00	2,50	6,12	5,10	54,00	45,00	13,44	11,20
142./04	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200/25	150/25	11,05	10,33	6,72	4,61	8,51	4,77	20,31	17,89	140,12	115,50	10,78	10,78
ТТК-324	Котлеты "Крепыш"	75	75	23,42	23,42	8,25	8,25	13,50	13,50	6,00	6,00	178,00	178,00	0,00	0,00
510./04	Каша гречневая вязкая	130	100	3,16	2,43	3,90	3,00	5,85	4,50	19,37	14,90	145,73	112,10	0,00	0,00
ТТК-377	Компот 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			47,14	44,00	24,72	21,10	30,92	21,08	129,28	87,11	856,93	571,92	21,80	18,91
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое	200	180	11,51	10,36	5,90	5,31	5,00	4,50	9,90	8,91	108,20	97,38	2,73	2,46
	Итого			11,51	10,36	5,90	5,31	5,00	4,50	9,90	8,91	108,20	97,38	2,73	2,46
	<u>Ужин</u>														
367./04	Галушки из творога отварные с маслом	195/5	145/5	45,39	34,40	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	0,57	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			47,07	35,94	29,11	22,06	14,27	11,77	63,57	49,87	503,21	397,73	0,61	0,45
	Итого за день			127,53	109,41	68,78	55,91	65,26	50,10	261,55	197,01	1855,06	1400,87	30,97	27,17
	СРЕДА 24 .10														
	<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
303./04	Каша вязкая пшеница с тыквой маслом	200/3	150/3	11,92	9,32	8,70	6,50	9,90	8,08	36,40	27,30	271,87	209,50	6,60	5,00
395/10	Кофейный напиток с молоком	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
	Итого			24,65	20,87	14,48	11,77	18,36	16,13	61,16	48,33	470,64	387,27	7,91	6,12
	<u>2 Завтрак</u>														
698./04	Кефир	180	150	14,83	12,36	5,40	4,50	4,51	3,76	7,20	6,00	90,91	75,76	1,32	1,10
	Итого			14,83	12,36	5,40	4,50	4,51	3,76	7,20	6,00	90,91	75,76	1,32	1,10
	<u>Обед</u>														
ТТК-62	Салат из отварной свеклы	60	50	1,40	1,17	0,60	0,50	3,60	3,00	4,80	4,00	54,00	45,00	5,17	4,31

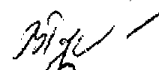
124/04	Щи из свежей капусты с карт. с мясн. фрикад. со сметаной	200/25/5	150/25/5	12,78	12,13	5,49	5,09	8,19	7,33	8,16	6,16	128,31	110,97	15,06	11,37
ТТК-131	Зразы "Школьные"	60	60	13,92	13,92	9,10	9,10	10,50	10,50	8,80	8,80	166,00	166,00	0,00	0,00
516./04	Макароны отварные	150	130	4,11	3,56	5,73	4,97	5,09	4,41	31,19	27,03	193,50	167,70	0,00	0,00
ТТК-315	Компот "Фруктовый" из кураги	200	150	3,30	2,48	1,20	0,90	0,00	0,00	31,60	23,70	126,00	94,50	0,00	0,00
	Хлеб "Рябиношка"	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			38,71	36,20	26,97	25,00	23,24	21,05	115,43	97,96	818,89	564,49	15,23	10,68
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое	200	180	11,51	10,36	5,90	5,31	5,00	4,50	9,90	8,91	108,20	97,38	2,73	2,46
	Итого			11,51	10,36	5,90	5,31	5,00	4,50	9,90	8,91	108,20	97,38	2,73	2,46
	<u>Ужин</u>														
	Десерт фруктовый "Банан"	160	160	10,73	10,73	2,40	2,40	0,00	0,00	35,84	35,84	152,96	152,96	16,00	16,00
ТТК-730	Фрикад. рыбные "Капелька" с соус. томатн	50/30	50/30	9,55	9,55	7,28	7,28	5,44	5,44	6,17	6,17	102,70	102,70	3,59	3,59
520./04	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
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 "Рябиношка"	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			27,87	26,95	14,46	14,01	10,64	10,00	77,19	73,27	469,56	445,91	37,73	35,31
	Итого за день			117,57	106,74	67,21	60,59	61,75	55,43	270,88	234,47	1958,20	1570,81	64,93	55,66
	ЧЕТВЕРГ 25.10														
	<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 "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/5	150/5	15,47	12,23	6,86	5,14	6,29	4,25	23,14	17,35	226,87	166,40	0,00	0,00
ТТК-305	Какао с молоком	180	150	6,10	5,09	2,95	2,46	3,24	2,70	22,82	19,02	132,26	110,22	1,43	1,20
	Итого			25,60	21,35	11,44	9,23	14,23	11,65	56,36	46,77	449,55	367,04	1,43	1,20
	<u>2 Завтрак</u>														
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
	<u>Обед</u>														
71/04	Винегрет овощной	60	50	2,91	2,43	0,84	0,70	6,06	5,05	4,08	3,40	74,40	62,00	9,72	8,10
ТТК-425	Суп "Гречишное зёрнышко"	200	150	2,96	2,22	1,98	1,48	2,42	1,81	13,68	10,26	84,42	63,25	6,6	4,9
ТТК-400	Капуста тушеная с мясом	50/150	50/150	38,55	38,55	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	1,69	1,27	0,60	0,45	0,00	0,00	31,40	23,55	124,00	93,00	0,45	0,34
	Хлеб "Рябиношка"	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			49,31	47,41	20,41	19,21	18,30	16,63	89,44	74,88	600,70	365,37	31,27	27,84
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое	200	180	11,51	10,36	5,90	5,31	5,00	4,50	9,90	8,91	108,20	97,38	2,73	2,46
	Итого			11,51	10,36	5,90	5,31	5,00	4,50	9,90	8,91	108,20	97,38	2,73	2,46

	<u>Ужин</u>														
ТТК-868	Пудинг "Творожный" с яблоками с соус смет "Сластена"	150/30	100/50	48,95	35,08	20,86	14,10	21,40	14,72	25,76	18,50	379,18	262,98	2,076	1,42
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 "Рябиношка"	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			50,63	36,62	22,64	15,83	21,80	15,12	40,54	32,08	453,08	331,90	2,12	1,45
	Итого за день			141,70	120,39	60,39	49,58	59,33	47,90	205,84	172,24	1649,93	1200,09	40,75	36,15
	ПЯТНИЦА 26 .10														
	<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
337./04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,82	5,82	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	6,80	5,10	5,60	4,20	5,20	3,90	18,80	14,10	144,40	108,30	0,90	0,67
395/10	Кофейный напиток с молоком	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
	Итого			25,35	22,47	16,48	14,57	18,26	16,55	43,86	35,43	406,17	349,07	2,21	1,79
	<u>2 завтрак</u>														
698./04	Кефир	180	150	14,83	12,36	5,40	4,50	4,51	3,76	7,20	6,00	90,91	75,76	1,32	1,10
	Итого			14,83	12,36	5,40	4,50	4,51	3,76	7,20	6,00	90,91	75,76	1,32	1,10
	<u>Обед</u>														
ТТК-980	Салат из моркови с бананом	60	50	2,94	2,45	0,79	0,66	4,10	3,42	8,28	6,90	64,30	53,58	3,66	3,05
135/04	Суп из овощей на м/к бульоне со сметаной	200/5	150/5	5,64	4,46	1,90	1,46	4,27	3,39	10,08	7,60	86,35	66,75	14,15	10,15
ТТК-450	Котлета "Камская"	75	75	19,87	19,87	10,00	10,00	3,00	3,00	6,00	6,00	90,00	90,00	0,35	0,35
ТТК-446	Пюре "Янтарное"	150	130	4,11	3,57	31,75	27,52	10,41	9,02	70,08	60,74	501,03	434,23	0,00	0,00
705/04	Напиток из плодов шиповника	200	150	4,53	3,40	0,40	0,30	0,00	0,00	23,60	17,70	94,00	70,50	100,00	75,00
	Хлеб "Рябиношка"	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			40,29	36,69	49,70	39,38	22,64	19,64	148,92	107,21	986,76	695,38	88,16	58,55
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое	200	180	11,51	10,36	5,90	5,31	5,00	4,50	9,90	8,91	108,20	97,38	2,73	2,46
733/04	Оладьи	50	50	2,71	2,71	3,04	3,04	2,19	2,19	19,54	19,54	110,10	110,10	0,00	0,00
	Итого			14,22	13,07	8,94	8,35	7,19	6,69	29,44	28,45	218,30	207,48	2,73	2,46
	<u>Ужин</u>														
	Десерт фруктовый "Мандарин"	100	85	16,82	14,30	0,80	0,68	0,00	0,00	7,51	6,38	38,00	32,30	38,00	32,30
269./04	Запеканка овощная с соусом сметанным	150/50	100/50	10,32	7,81	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	0,57	0,43	0,18	0,13	0,00	0,00	4,78	3,58	19,90	14,92	0,04	0,03
	Хлеб "Рябиношка"	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			28,82	23,65	8,70	7,21	16,81	14,40	50,19	40,06	395,67	326,82	51,54	43,53
	Итого за день			123,51	108,24	89,22	74,01	69,41	61,03	279,61	217,15	2097,81	1654,51	145,96	107,43

	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:	608,24	537,34	282,83	220,33	314,24	246,12	1306,6	1062,2	9433,9	7346,8	261,78	235,99
В среднем в день	121,65	107,47	56,57	44,07	62,85	49,22	261,31	212,43	1886,78	1469,36	52,36	47,20

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