


11 группа: сады № 27, 93, 30, 28, 50, 34, 103, 52, 51, 40, 54, 110
 12 группа: сады № 115, 39, 35, 46, 7, 29, 31, 18, 106, 21, 14, 97, 12
 14 группа: сады № 75, 92, 73, 72, 96, 10, 17, 20, 105, 120, 64, 49, 26
 17 группа: сады № 122, 123, 53, 44, 94, 83, 78, 80, 111, 104, 114, 98, 81
 18 группа: сады № 121, 62, 65, 16, 86, 66, 82, 109, 8, 9, 108, 118

УТВЕРЖДАЮ:
 Главный специалист отдела
 дошкольного образования
 Фатхуллина Г.А.

2,4 группа

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ С 02.12.19г по 06.12.19г

126,88 руб./день - сад

112,09 руб./день - если

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Цена		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
		сад	ясли	сад	ясли	Белки		Жиры		Углеводы		сад	ясли	С	
№ рец.	<u>ПОНЕДЕЛЬНИК 02/12</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	7,11	7,11	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 с маслом	200	150	4,85	3,64	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	1,49	1,12	0,00	0,00	0,00	0,00	30,60	22,95	118,00	88,50	0,00	0,00
	Итого	435	335	13,45	11,87	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 фруктовый разливной	170	170	4,19	4,19	0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	9,60	38,40	38,40	3,20	3,20
	Итого			4,19	4,19	0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	9,60	38,40	38,40	3,20	3,20
	<u>Обед</u>														
ТТК-424	Салат "Розовые щечки"	60	50	2,69	2,24	0,86	0,72	2,26	1,88	2,90	2,42	35,26	29,38	3,23	2,69
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/10	5,15	4,31	1,74	1,34	4,19	3,33	8,16	6,16	77,30	60,00	14,81	11,12
ТТК-739	Котлеты "Татарские"	75	75	18,39	18,39	9,00	9,00	10,00	10,00	3,00	3,00	139,00	139,00	0,34	0,34
510./04	Каша гречневая вязкая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	150	130	4,70	4,08	4,50	3,90	6,75	5,85	22,26	19,29	168,15	145,73	0,00	0,00
ТТК-317	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов	200	150	1,28	0,96	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	1,22	1,22	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	2,30	2,01	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого	781,4	645,6	35,73	33,21	21,55	19,85	24,06	21,87	98,60	82,69	699,79	610,43	18,83	14,49
	<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"	151	151	8,98	8,98	0,60	0,60	0,00	0,00	16,95	16,95	70,20	70,20	24,00	24,00
ТТК-734	Биточки рыбные "Морячка"	75	75	17,51	17,51	15,77	15,77	2,76	2,76	7,30	7,30	117,00	117,00	2,29	2,29
520./04	Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное, соль)	150	130	5,71	4,95	3,00	2,60	4,80	4,16	20,40	17,68	140,00	121,33	18,10	15,69

698./04	Кефир	140	120	11,53	9,89	4,64	3,92	5,30	4,47	6,79	5,73	93,40	78,81	1,19	1,00
	Итого			11,53	9,89	4,64	3,92	5,30	4,47	6,79	5,73	93,40	78,81	1,19	1,00
	<u>Обед</u>														
ТТК-41н.	Салат из белокочанной капусты с зеленью (укроп)	60	50	2,85	2,37	0,84	0,70	3,05	2,54	5,18	4,32	51,53	42,94	20,96	17,47
139./04	Суп с картофелем с бобовыми (горох) на мясокостном бульоне	200	150	3,80	2,85	4,96	3,72	4,48	3,36	17,84	13,38	131,52	98,64	4,60	3,45
ТТК-653	Зразы мясные "Любимые" с сыром	60	60	17,32	17,32	6,60	6,60	9,00	9,00	1,80	1,80	115,00	115,00	0,35	0,35
516./04	Макароны отварные с маслом	150	130	4,54	3,93	5,33	4,62	4,79	4,15	38,40	33,28	218,05	188,98	0,00	0,00
ТТК-911	Напиток "Цитрусовый"	200	150	4,21	3,16	0,12	0,09	0,04	0,03	21,42	16,07	86,44	64,83	5,00	3,75
	Хлеб "Рябиночка"	1/20	1/20	1,22	1,22	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	2,30	2,01	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			36,24	32,86	22,70	20,17	22,22	19,89	115,52	97,12	758,62	653,71	30,91	25,02
	<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
733./04	Оладьи с маслом	50/3	50/3	2,73	2,73	3,04	3,04	2,19	2,19	19,54	19,54	110,10	110,10	0,00	0,00
	Итого			13,09	13,09	8,35	8,35	6,69	6,69	28,45	28,45	207,48	207,48	2,46	2,46
	<u>Ужин</u>														
	Десерт фруктовый "Апельсин"	180	100	18,31	10,17	1,44	0,72	0,00	0,00	13,50	6,75	68,40	34,20	53,20	26,60
ТТК-227	Биточки "Рябушка"	75	75	12,65	12,65	9,26	9,26	8,04	8,04	1,27	1,27	175,08	175,08	0,50	0,50
510./04	Каша гречневая вязкая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	150	130	4,70	4,08	4,50	3,90	6,75	5,85	22,26	19,29	168,15	145,73	0,00	0,00
685./04	Чай с сахаром	200	150	0,76	0,57	0,20	0,15	0,00	0,00	15,00	11,25	58,00	43,50	0,10	0,08
	Хлеб "Рябиночка"	1/20	1/20	1,22	1,22	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			37,64	28,69	17,00	15,63	15,19	14,29	62,03	48,56	523,63	452,51	53,80	27,18
	Итого за день			123,39	105,70	66,82	59,60	66,15	60,23	271,30	226,25	2025,30	1758,45	91,27	57,97
	ЧЕТВЕРГ 05/12														
	<u>Завтрак</u>														
3./04	Батон с маслом с сыром	20/5/5	20/5/5	7,11	7,11	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	12,65	9,87	10,46	7,91	7,99	6,04	30,16	22,80	261,83	197,97	1,68	1,27
ТТК-305	Какао с молоком	180	150	5,65	4,71	2,95	2,46	3,24	2,70	22,82	19,02	132,26	110,22	1,43	1,20
	Итого			25,41	21,69	16,34	13,30	17,28	14,79	63,38	52,22	501,86	415,96	3,25	2,61
	<u>2 Завтрак</u>														
707./04	Сок фруктовый разливной	160	160	3,95	3,95	0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	9,60	38,40	38,40	3,20	3,20
	Итого			3,95	3,95	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	3,00	2,50	0,84	0,70	6,06	5,05	4,08	3,40	74,00	61,67	9,72	8,10
148./04	Суп -лапша по-домашнему с мясными фрикадельками	200/25	150/25	14,96	13,77	7,64	5,94	7,74	6,02	11,42	8,88	148,00	115,11	0,65	0,51
437./04	Гуляш из говядины	50/50	50/50	36,69	36,69	13,90	13,90	6,50	6,50	4,00	4,00	132,00	132,00	0,06	0,06

520./04	Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное, соль)	150	130	5,71	4,95	3,00	2,60	4,80	4,16	20,40	17,68	140,00	121,33	18,10	15,69
705./04	Напиток из плодов шиповника	200	150	4,04	3,03	0,40	0,30	0,00	0,00	23,60	17,70	94,00	70,50	100,00	75,00
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,22	1,22	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	2,30	2,01	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			67,92	64,17	30,63	27,88	25,96	22,54	94,38	79,93	744,08	643,93	128,53	99,35
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое с печеньем сахарным в ассортименте	180/10	180/10	11,19	11,19	6,75	6,75	7,02	7,02	21,15	21,15	174,78	174,78	2,46	2,46
	Итого			11,19	11,19	6,75	6,75	7,02	7,02	21,15	21,15	174,78	174,78	2,46	2,46
	<u>Ужин</u>														
	Десерт фруктовый "Яблоко"	151	121	8,98	7,19	0,60	0,48	0,00	0,00	16,95	13,49	70,20	55,88	24,00	19,11
367./04	Галушки из творога отварные с маслом	195/5	145/5	45,40	34,41	27,33	20,33	13,87	11,37	48,79	36,29	429,31	328,81	0,57	0,42
ТТК-475	Чай полусладкий с мармеладом	200/17	150/17	2,91	2,79	0,18	0,18	0,00	0,00	16,93	16,93	69,40	69,40	0,04	0,04
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,22	1,22	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			58,51	45,61	29,71	22,59	14,27	11,77	92,67	76,71	622,91	508,09	24,61	19,57
	Итого за день			166,98	146,61	83,43	70,52	64,53	56,12	281,18	239,62	2082,03	1781,16	162,05	127,19
	ПЯТНИЦА 06 /12														
	<u>Завтрак</u>														
3./04	Батон с маслом с сыром	20/5/5	20/5/5	7,11	7,11	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	12,22	9,54	3,10	2,40	5,00	3,80	21,10	16,00	140,00	107,80	0,00	0,00
395/10	Кофейный напиток с молоком	180	150	5,82	4,71	2,85	2,34	2,41	2,00	14,36	10,63	91,00	70,00	1,17	0,98
	Итого	415	335	25,15	21,36	8,88	7,67	13,46	11,85	45,86	37,03	338,77	285,57	1,31	1,12
	<u>2 завтрак</u>														
698./04	Простокваша	140	120	11,14	9,55	4,43	3,99	5,06	4,55	6,49	5,84	85,25	76,73	1,27	1,14
	Итого			11,14	9,55	4,43	3,99	5,06	4,55	6,49	5,84	85,25	76,73	1,27	1,14
	<u>Обед</u>														
	Огурец соленый порциями	15	10	1,58	1,05	0,90	0,60	0,09	0,060	10,44	6,96	45,00	30,00	4,32	2,88
110./04	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/10	5,38	4,48	1,74	1,34	4,91	3,87	10,64	8,02	93,71	72,27	8,21	6,16
71 н	Шницель натуральный рубленый	75	75	29,93	29,93	12,14	12,14	8,96	8,96	9,40	9,40	166,80	166,80	24,50	24,50
510./04	Каша гречневая вязкая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	150	130	4,70	4,08	4,50	3,90	6,75	5,85	22,26	19,29	168,15	145,73	0,00	0,00
ТТК-315	Компот "Фруктовый" из изюма	200	150	3,08	2,31	0,40	0,30	0,00	0,00	27,40	20,50	111,20	83,20	0,00	0,00
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,22	1,22	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	2,30	2,01	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			48,19	45,08	24,53	22,72	21,57	19,55	111,02	92,44	740,94	641,32	37,03	33,54
	<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

	Ужин														
ТТК-66	Салат "Солнышко"	60	50	2,27	1,89	0,48	0,40	3,00	2,50	4,20	3,50	48,00	40,00	4,15	3,46
ТТК-208/10.	Макароны, запеченные с яйцом с маслом	150/5	150/5	9,26	9,26	7,73	7,73	6,91	6,91	23,03	23,03	185,00	185,00	0,33	0,33
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,48	0,36	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	1,22	1,22	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			13,23	12,73	9,99	9,86	10,31	9,81	42,01	40,11	306,90	293,92	4,52	3,82
	Итого за день			108,07	99,08	53,14	49,55	54,90	50,26	214,29	184,33	1569,24	1394,92	46,59	42,08

	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:	634,41	560,39	270,4	228,3	302,7	237,8	1276,6	1071,2	9231,4	7449,0	236,87	210,09
В среднем в день	126,88	112,08	54,09	45,66	60,55	47,55	255,32	214,24	1846,29	1489,80	47,37	42,02

Генеральный директор

В.П. Гусева

Зам. директора по производству и качеству

Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам

Н.В. Журавлева

Ведущий инженер-технолог по производству

Л.Р. Загидуллина