

2,4 группа
 11 группа: сады № 28, 30, 34, 40, 50, 51, 52, 54, 69, 70, 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, 123
 18 группа: сады № 8, 9, 16, 27, 62, 65, 66, 82, 86, 108, 109, 118, 121

УТВЕРЖДАЮ:
 Главный специалист отдела
 дошкольного образования



Фатхуллина Г. А.

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ С 09.08.2021г. ПО 13.08.2021 г.

Стоимость : Для Дет. сад 121,91руб./день; Для Ясли 96,79руб./день;

№ рец	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, гр		Цена, руб.		Пищевые вещества (гр)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
		Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Белки		Жиры		Углеводы		Дет. сад	Ясли	С	
						Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли			Дет. сад	Ясли
Пн, 09 августа 21															
Завтрак															
				97.07	77.98							1,550.96	1,250.24	71.51	56.34
				20.52	14.76	10.84	7.69	13.57	10.90	66.77	51.29	432.61	334.07	1.04	0.76
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10	20/5/5	11.84	7.67	5.19	3.00	7.24	5.62	15.49	10.35	147.90	104.00	0.08	0.04
510/04	Каша гречневая вязкая	180	150	6.92	5.77	5.55	4.62	6.33	5.28	29.80	24.83	198.41	165.34		
ТТК №-272н	Кисель из концентрата полусладкий	200	150	1.76	1.32	0.10	0.07			21.48	16.11	86.30	64.73	0.96	0.72
Второй завтрак															
				3.94	3.41	0.08	0.07			15.15	13.13	60.90	52.78	3.00	2.60
707/04	Сок фруктовый разливной	150	130	3.94	3.41	0.08	0.07			15.15	13.13	60.90	52.78	3.00	2.60
Обед															
				37.05	33.95	16.77	15.53	20.99	18.80	63.27	53.53	509.20	445.56	58.65	47.25
ттк-996	Салат "Бобовое зёрнышко"	50	40	2.69	2.15	1.71	1.37	2.64	2.11	7.07	5.66	58.92	47.14	4.83	3.86
134/04	Суп крестьянский со сметаной	200/5	150/5	3.82	3.09	1.72	1.33	4.96	3.91	7.48	5.67	81.45	63.18	24.48	18.38
ТТК-131	Зразы "Школьные"	60	60	16.80	16.80	8.87	8.87	9.24	9.24	8.57	8.57	152.97	152.97	1.24	1.24
520/04	Пюре картофельное	130	110	7.75	6.56	2.45	2.07	3.95	3.34	10.78	9.12	88.48	74.87	28.07	23.75
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	2.59	1.95	0.50	0.37	0.02	0.02	19.43	14.57	79.92	59.94	0.03	0.02
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1.27	1.27	1.52	1.52	0.18	0.18	9.94	9.94	47.46	47.46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	2.13	2.13										
Полдник															
				11.35	8.91	7.20	5.95	8.30	7.25	27.69	25.60	214.22	191.39	6.75	5.06
697/04	Молоко кипяченое	160	120	9.75	7.31	4.98	3.73	4.22	3.17	8.36	6.27	91.32	68.49	6.75	5.06
ТТК-814	Булочка домашняя	30	30	1.60	1.60	2.22	2.22	4.08	4.08	19.33	19.33	122.90	122.90		
Ужин															
				24.21	16.95	17.28	7.63	11.13	7.78	41.19	31.46	334.03	226.44	2.07	0.67
ТТК-1026	Биточки рыбные "Морячка"	75	50	18.30	12.13	13.56	4.42	7.37	4.85	6.28	2.42	145.68	71.01	1.97	0.59
510/04	Каша рисовая вязкая	130	100	3.97	3.05	2.00	1.54	3.58	2.75	19.91	15.31	119.85	92.19		
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0.67	0.50	0.20	0.15			5.06	3.79	21.04	15.78	0.10	0.08
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1.27	1.27	1.52	1.52	0.18	0.18	9.94	9.94	47.46	47.46		
Вт, 10 августа 21															
Завтрак															
				22.28	18.27	13.94	10.91	11.83	10.03	61.65	46.27	408.84	318.90	7.89	6.24
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	5.91	5.04	3.68	2.95	2.24	2.00	15.42	10.28	96.59	70.90	0.04	0.04
311/2004	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	9.70	7.67	7.17	5.38	7.02	5.89	30.49	22.88	213.86	166.01	4.22	3.17
ттк №198н	Какао с молоком полусладкий	180	150	6.67	5.56	3.09	2.58	2.57	2.14	15.74	13.11	98.39	81.99	3.63	3.03
Второй завтрак															
				12.38	10.73	4.54	3.93	4.05	3.51	6.48	5.62	80.51	69.78	1.30	1.12
698/04	Ацидофилин	150	130	12.38	10.73	4.54	3.93	4.05	3.51	6.48	5.62	80.51	69.78	1.30	1.12
Обед															
				37.53	34.31	19.29	17.70	27.20	25.29	70.47	57.86	603.87	529.83	29.54	24.21
	Салат "Зайка"	50	40	2.34	1.87	0.55	0.44	2.62	2.09	5.19	4.15	46.52	37.22	24.86	19.89
148/2004	Суп лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	11.03	9.76	8.05	7.50	7.18	6.67	11.12	8.34	141.33	123.35	2.19	1.83
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/30	50/30	14.56	14.56	5.14	5.14	13.42	13.42	7.45	7.45	171.13	171.13	2.49	2.49

510/04	Каша пшеничная вязкая	130	100	3.34	2.57	4.03	3.10	3.80	2.93	21.10	16.23	134.75	103.66		
ТТК - 623	Компот полусладкий из изюма	200	150	2.86	2.15					15.67	11.75	62.68	47.01		
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1.27	1.27	1.52	1.52	0.18	0.18	9.94	9.94	47.46	47.46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	2.13	2.13										
	Полдник			9.75	7.31	4.98	3.73	4.22	3.17	8.36	6.27	91.32	68.49	6.75	5.06
697/04	Молоко кипяченое	160	120	9.75	7.31	4.98	3.73	4.22	3.17	8.36	6.27	91.32	68.49	6.75	5.06
	Ужин			59.92	44.03	25.89	18.05	14.15	10.07	79.16	62.26	547.55	411.91	15.34	14.65
	Десерт фруктовый Яблоко-	130	130	8.91	8.91	0.52	0.52	0.52	0.52	11.70	11.70	53.56	53.56	13.00	13.00
ттк-966к	Запеканка из творога "Гулливёр" с соусом сметанным	150/15	100/15	46.58	31.48	23.29	15.59	13.45	9.37	39.38	27.01	371.71	254.78	1.29	0.86
ттк№253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	3.16	2.37	0.56	0.42			18.14	13.61	74.82	56.11	1.05	0.79
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1.27	1.27	1.52	1.52	0.18	0.18	9.94	9.94	47.46	47.46		
	Ср, 11 августа 21			102.89	82.98	54.77	42.62	53.42	42.82	209.26	166.58	1,536.95	1,222.11	65.33	51.03
	Завтрак			22.42	18.15	9.78	7.71	9.71	8.31	41.06	29.38	290.78	223.15	7.78	6.06
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	5.91	5.04	3.68	2.95	2.36	2.00	15.42	10.28	97.62	70.90	0.15	0.04
311/04	Каша молочная кукурузная с маслом	200/3	150/3	9.83	7.77	2.99	2.25	4.99	4.36	11.00	8.26	100.94	81.32	4.03	3.02
395/10	Кофейный напиток с молоком	180	150	6.68	5.34	3.11	2.51	2.36	1.95	14.64	10.84	92.22	70.93	3.60	3.00
	Второй завтрак			3.71	3.22										
	Напиток из сыворотки	150	130	3.71	3.22										
	Обед			43.35	31.92	30.21	22.48	25.93	18.65	82.22	64.31	683.06	514.96	49.10	37.09
ттк-62	Салат из отварной свеклы	50	40	2.65	2.12	0.87	0.70	5.05	4.04	5.13	4.10	69.48	55.58	5.83	4.66
124/04	Щи из св.капусты с картоф. со смет.	200/5	150/5	5.87	4.63	1.78	1.37	3.76	3.01	6.37	4.84	66.44	51.93	38.17	28.65
ТТК-738к	Котлеты "Крестьянские"	75	50	22.52	15.00	11.16	7.44	12.44	7.96	9.30	6.20	193.76	126.17	0.56	0.37
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	100	4.86	3.74	14.70	11.31	4.32	3.32	32.42	24.94	227.34	174.88		
ттк№271н	Компот "Фруктово-ягодный" из свеж.ябл.	200	150	4.05	3.03	0.18	0.14	0.18	0.14	19.06	14.29	78.58	58.94	4.54	3.41
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1.27	1.27	1.52	1.52	0.18	0.18	9.94	9.94	47.46	47.46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	2.13	2.13										
	Полдник			11.46	9.02	6.25	5.02	7.08	6.03	16.74	14.72	155.69	133.20	2.19	1.65
697/04	Молоко кипяченое с печеньем сах. в ассорт.	160/18	120/18	11.46	9.02	6.25	5.02	7.08	6.03	16.74	14.72	155.69	133.20	2.19	1.65
	Ужин			21.95	20.67	8.53	7.41	10.70	9.83	69.24	58.17	407.42	350.80	6.26	6.23
ттк-396	Тефтели из птицы с соусом сметанным с томатом	60/30	60/30	14.17	14.17	2.10	2.10	6.74	6.74	12.30	12.30	118.26	118.26	2.96	2.96
516/04	Макаронные изделия отварные	130	100	4.19	3.22	4.64	3.57	3.78	2.91	31.67	24.36	179.30	137.92		
686/04	Чай с лимоном	200/7	150/7	2.32	2.01	0.27	0.22			15.33	11.57	62.40	47.16	3.30	3.27
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1.27	1.27	1.52	1.52	0.18	0.18	9.94	9.94	47.46	47.46		
	Чт, 12 августа 21			147.05	111.03	64.34	51.76	53.85	45.19	210.5	166.51	1,583.88	1,279.67	62.83	49.02
	Завтрак			24.28	20.42	13.44	10.54	13.81	12.38	65.05	48.83	438.22	348.88	7.89	6.24
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	8.54	7.67	3.74	3.00	5.91	5.62	15.49	10.35	130.13	104.00	0.04	0.04
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	9.07	7.19	6.61	4.96	5.33	4.62	33.82	25.37	209.70	162.89	4.22	3.17
ттк №198н	Какао с молоком полусладкий	180	150	6.67	5.56	3.09	2.58	2.57	2.14	15.74	13.11	98.39	81.99	3.63	3.03
	Второй завтрак			11.45	9.92	4.59	3.98	3.96	3.43	6.49	5.62	79.92	69.26	1.27	1.10
698/04	Простокваша	150	130	11.45	9.92	4.59	3.98	3.96	3.43	6.49	5.62	79.92	69.26	1.27	1.10
	Обед			38.23	28.67	13.10	13.81	18.71	17.15	64.08	53.81	477.10	424.76	28.08	22.48
	Огурец свежий порциями	50	50	2.42	2.42	0.41	0.41	0.05	0.05	1.28	1.28	7.19	7.19	5.10	5.10
110/2004	Борщ с капустой и картоф. со сметаной	200/5	150/5	6.54	5.13	1.78	1.26	3.76	3.02	10.49	7.75	82.92	63.26	22.67	16.99
ТТК-739к	Котлеты "Татарские"	75	50	20.08	13.31	6.05	8.06	11.04	11.06	4.65	6.20	142.14	156.55	0.28	0.37
510/04	Каша ячневая вязкая	130	100	3.20	2.46	2.84	2.19	3.66	2.82	18.29	14.07	117.47	90.36		
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	2.59	1.95	0.50	0.37	0.02	0.02	19.43	14.57	79.92	59.94	0.03	0.02
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1.27	1.27	1.52	1.52	0.18	0.18	9.94	9.94	47.46	47.46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	2.13	2.13										
	Полдник			9.75	7.31	4.98	3.73	4.22	3.17	8.36	6.27	91.32	68.49	6.75	5.06
697/04	Молоко кипяченое	160	120	9.75	7.31	4.98	3.73	4.22	3.17	8.36	6.27	91.32	68.49	6.75	5.06

Ужин				63.34	44.71	28.23	19.70	13.15	9.06	66.52	51.98	497.32	368.28	18.84	14.14
	Десерт фруктовый Банан	124	98	13.49	10.66	1.86	1.47			26.04	20.58	111.60	88.20	12.40	9.80
40/10, соус 351/10	Пудинг из творога с яблоками с соусом мол. сл.	150/15	100/15	47.91	32.28	24.65	16.56	12.97	8.88	25.48	17.67	317.22	216.84	6.34	4.26
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0.67	0.50	0.20	0.15			5.06	3.79	21.04	15.78	0.10	0.08
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1.27	1.27	1.52	1.52	0.18	0.18	9.94	9.94	47.46	47.46		
Пт, 13 августа 21				120.66	97.29	62.45	46.35	54.76	44.53	209.38	168.33	1,580.24	1,259.44	96.95	84.48
Завтрак				22.15	18.56	14.10	11.78	14.58	13.04	41.62	29.95	354.18	284.24	6.10	4.58
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	5.24	4.37	2.27	1.53	4.49	4.21	15.49	10.35	111.49	85.37		
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	6.00	6.00	5.52	5.52	5.04	5.04			67.44	67.44		
160/04	Суп молочный с макаронными изд	200	150	7.36	5.52	4.63	3.47	3.80	2.85	18.60	13.95	127.16	95.37	4.00	3.00
ТТК - 437	Чай полусладкий с молоком	200	150	3.55	2.67	1.68	1.26	1.25	0.94	7.53	5.65	48.09	36.06	2.10	1.58
Второй завтрак				3.94	3.41	0.08	0.07			15.15	13.13	60.90	52.78	3.00	2.60
707/04	Сок фруктовый разливной	150	130	3.94	3.41	0.08	0.07			15.15	13.13	60.90	52.78	3.00	2.60
Обед				57.24	41.22	35.24	22.84	25.89	18.25	80.38	59.57	695.44	493.90	39.41	29.66
14/10	Салат из св.помидоров	50	40	3.77	3.02	0.39	0.31	3.03	2.42	2.65	2.12	39.37	31.50	6.40	5.12
131/04	Рассольник "Домашний" с мясными фрикад. со смет.	200/25/5	150/25/5	17.61	16.19	7.95	7.49	7.86	7.46	8.02	6.12	134.65	121.62	29.45	22.16
ТТК -417	Плов "Золотой петушок"	50/150	25/100	27.75	15.08	24.87	13.14	14.74	8.13	40.39	26.86	393.73	233.15	3.41	2.27
ттк№-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из кураги	200	150	4.71	3.53	0.51	0.38	0.08	0.06	19.38	14.53	80.23	60.17	0.15	0.11
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1.27	1.27	1.52	1.52	0.18	0.18	9.94	9.94	47.46	47.46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	2.13	2.13										
Полдник				11.46	9.02	6.25	5.02	7.08	6.03	16.74	14.72	155.69	133.20	2.19	1.65
697/04	Молоко кипяченое с печеньем сах. в ассорт.	160/18	120/18	11.46	9.02	6.25	5.02	7.08	6.03	16.74	14.72	155.69	133.20	2.19	1.65
Ужин				25.87	25.08	6.78	6.64	7.21	7.21	55.49	50.96	314.03	295.32	46.25	45.99
	Десерт фруктовый Яблоко-	130	130	8.91	8.91	0.52	0.52	0.52	0.52	11.70	11.70	53.56	53.56	13.00	13.00
151/10	Картофель запечённый в сметанном соусе	180	180	12.53	12.53	4.18	4.18	6.51	6.51	15.71	15.71	138.19	138.19	32.20	32.20
ттк№253н	Чай "Витаминный"полусл.	200	150	3.16	2.37	0.56	0.42			18.14	13.61	74.82	56.11	1.05	0.79
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1.27	1.27	1.52	1.52	0.18	0.18	9.94	9.94	47.46	47.46		
Итого				609.53	483.93	302.37	231.92	277.47	229.34	1,069.3	854.71	7,984.12	6,410.37	357.44	292.15

	Масса порции, гр	Масса порции, гр	Цена, руб.	Цена, руб.	Пище вые веще ства	Пище вые веще ства	Пище вые веще ства	Пище вые веще ства	Пище вые веще ства	Пище вые веще ства	Энерг. ценнос ть (ккал)	Энерг. ценнос ть (ккал)	Вита мины (мг)	Вита мины (мг)
	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Белк и Дет. сал	Белк и Ясли	Жир ы Дет. сал	Жир ы Ясли	Угле волы Дет. сал	Угле волы Ясли	Дет. сад	Ясли	С Дет. сал	С Ясли
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:			609.53	483.93	271.9	213.8	304.2	236.1	1306.8	1017.4	9001.1	7018.7	252.6	225.4
В среднем в день:			121.91	96.79	54.37	42.76	60.84	47.22	261.36	203.47	1,800.22	1,403.74	50.52	45.07

Рекомендуемые нормы физиологических потребностей для детей с 3 до 7 лет в пищевых веществах и энергии согласно СанПиН 2.3./2.4.3590 - 20 "Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных

возраст детей	энергетическая ценность, ккал	белки, г	жиры,г	углево ды, г	Витам ин С (мг)
3-7 лет	1800	54	60	261	50
до 3 лет	1400	42	47	203	45

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