

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 10.03.2020г по 13.03.2020г

117,22 руб./день - сад

93,07 руб./день - ясли

№ 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>ВТОРНИК 10 /03</u>	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
	<u>Завтрак</u>														
2./04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10	20/5/5	11,06	7,21	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	4,57	3,43	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	1,44	1,06	0,00	0,00	0,00	0,00	30,60	22,95	118,00	88,50	0,00	0,00
	Итого			17,07	11,70	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	150	3,98	3,51	0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	7,34	38,40	29,36	3,20	2,45
	Итого			3,98	3,51	0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	7,34	38,40	29,36	3,20	2,45
	<u>Обед</u>														
ТТК-994	Салат "Пёстрый"	50	40	2,11	1,69	4,00	3,36	2,67	2,20	11,10	9,23	84,20	70,18	5,00	4,17
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/5	5,30	3,52	1,74	1,34	4,19	3,33	8,16	6,16	77,30	60,00	14,81	11,12
ТТК-53	Мякоть птицы тушеная в соусе	40/50	40/50	15,13	15,13	18,60	18,60	4,40	4,40	3,34	3,34	127,30	127,30	0,65	0,65
516./04	Макароны отварные	130	100	3,84	2,95	4,62	3,55	4,15	3,19	33,28	25,60	188,98	145,37	0,00	0,00
ТТК-317	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов	200	150	1,26	0,95	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	2,27	1,82	0,45	0,36	17,58	14,07	83,43	66,79	0,00	0,00
	Итого			31,16	27,47	33,43	30,72	16,26	13,88	114,86	91,95	739,21	616,64	20,91	16,28
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое с печеньем сахарным в ассортименте	180/20	150/10	12,11	9,57	4,05	3,11	3,43	2,64	6,79	5,22	74,20	57,08	5,49	4,22
	Итого			12,11	9,57	4,05	3,11	3,43	2,64	6,79	5,22	74,20	57,08	5,49	4,22
	<u>Ужин</u>														
ТТК-1019	Сырники "Домашние" из творога с молоком сгущенным	150/10	100/15	51,10	35,35	25,57	17,38	12,96	8,76	33,12	22,46	351,86	238,21	0,83	0,60
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,47	0,35	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			52,79	36,92	27,35	19,11	13,36	9,16	47,90	36,04	425,76	307,13	0,87	0,63
	Итого за день			117,11	89,17	73,02	59,82	44,36	35,68	258,46	202,63	1724,89	1372,64	30,61	23,71

	СРЕДА 11/03														
	<u>Завтрак</u>														
3./04	Бутерброд с сыром	30/10	30/10	8,54	8,54	2,90	2,90	1,95	1,95	10,40	10,40	70,75	70,75	0,14	0,14
311./04.	Каша молочная кукурузная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	8,85	7,02	8,30	6,23	8,95	7,30	27,04	20,28	200,65	150,55	1,50	1,13
395./10	Кофейный напиток с молоком	180	150	5,88	4,76	2,85	2,34	2,41	2,00	14,36	10,63	91,00	70,00	1,17	0,98
	Итого			23,27	20,32	14,05	11,47	13,31	11,25	51,80	41,31	362,40	291,30	2,81	2,25
	<u>2 Завтрак</u>														
707./04	Напиток сывороточный с соком ананаса	130	100	3,09	2,38	0,00	0,00	0,00	0,00	12,48	9,60	49,92	38,40	0,00	0,00
	Итого			3,09	2,38	0,00	0,00	0,00	0,00	12,48	9,60	49,92	38,40	0,00	0,00
	<u>Обед</u>														
ТТК-62	Салат из отварной свеклы	50	40	1,00	0,80	0,65	0,54	3,89	3,24	5,18	4,32	58,32	48,60	5,59	4,66
139./04	Суп с картофелем с бобовыми (горох) на мясокостном бульоне	200	150	3,86	2,90	4,96	3,72	4,48	3,36	17,84	13,38	131,52	98,64	4,60	3,45
ТТК-739	Котлеты "Татарские"	75	75	17,37	17,37	8,37	5,58	14,30	9,53	2,79	1,86	173,30	115,53	0,32	0,21
216./04	Картофель тушеный	130	100	8,36	6,43	2,93	2,25	3,63	2,79	25,27	19,44	134,65	103,58	12,44	9,57
ТТК-315	Компот "Фруктовый" из изюма	200	150	2,92	2,19	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	2,27	1,82	0,45	0,36	17,58	14,07	83,43	66,79	0,00	0,00
	Итого			37,03	32,92	21,18	15,82	27,15	19,69	106,06	83,57	746,42	570,34	22,95	17,89
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое	180	150	10,53	8,77	4,05	3,11	3,43	2,64	6,79	5,22	74,20	57,08	5,49	4,22
	Итого			10,53	8,77	4,05	3,11	3,43	2,64	6,79	5,22	74,20	57,08	5,49	4,22
	<u>Ужин</u>														
286./10	Тефтели с соусом	60/30	60/30	17,10	17,10	8,80	8,80	19,00	19,00	8,80	8,80	241,00	241,00	0,35	0,35
510./04	Каша гречневая вязкая	130	100	3,90	3,00	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	0,77	0,58	0,20	0,15	0,00	0,00	15,00	11,25	58,00	43,50	0,10	0,08
	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			22,99	21,90	15,10	14,45	26,15	25,25	56,06	49,34	521,15	484,23	0,45	0,43
	Итого за день			96,91	86,29	54,38	44,85	70,04	58,83	233,19	189,04	1754,09	1441,35	31,70	24,78
	ЧЕТВЕРГ 12/03														
	<u>Завтрак</u>														
2./04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	8,04	7,21	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	12,58	9,81	10,46	7,91	7,99	6,04	30,16	22,80	261,83	197,97	1,68	1,27
630./96	Чай с сахаром с молоком	200	150	3,54	2,66	1,60	1,20	1,60	1,20	17,39	13,04	90,36	67,77	0,00	0,00
	Итого			24,16	19,68	14,99	12,04	15,64	13,29	57,95	46,24	459,96	373,51	1,82	1,41
	<u>2 Завтрак</u>														
698./04	Ацидофилин	150	130	11,89	10,30	4,20	3,92	3,75	3,50	6,00	5,60	313,50	292,60	0,00	0,00
	Итого			11,89	10,30	4,20	3,92	3,75	3,50	6,00	5,60	313,50	292,60	0,00	0,00
	<u>Обед</u>														
ТТК-92н	Винегрет "Дары осени" (без лука)	54	40	2,05	1,51	6,20	4,96	3,54	2,83	0,68	0,54	50,27	40,22	7,55	6,04

	Десерт фруктовый "Яблоко"	139	145	9,26	9,66	0,68	0,70	0,00	0,00	19,21	19,90	79,56	82,40	27,20	28,17
ТТК-208/10.	Макароны, запеченные с яйцом с маслом	150/5	150/5	8,94	8,94	7,73	7,73	6,91	6,91	23,03	23,03	185,00	185,00	0,33	0,33
ТТК-475	Чай полусладкий с мармеладом	200/17	150/17	2,70	2,58	0,18	0,18	0,00	0,00	16,93	16,93	69,40	69,40	0,04	0,04
	Хлеб "Рябинushка"	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			22,12	22,40	10,19	10,21	7,31	7,31	69,17	69,86	387,96	390,80	27,57	28,54
	Итого за день			95,77	81,11	40,63	36,70	44,95	39,57	240,19	208,95	1516,93	1329,50	73,45	65,11

	Цена		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг) С	
			Белки		Жиры		Углеводы					
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:	468,85	372,28	213,12	170,62	241,58	192,16	1002,95	825,34	7147,15	5898,53	196,65	172,40
В среднем в день	117,21	93,07	53,28	42,65	60,40	48,04	250,74	206,34	1786,79	1474,63	49,16	43,10

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