

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 16.08.2021г. ПО 20.08.2021 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, 16 августа 21																	
Завтрак																	
				139.01	109.07	59.82	44.77	46.83	37.7	259.43	213.49	1,698.6	1,372.45	81.59	67.65		
				20.82	14.89	12.35	8.91	13.05	10.45	79.19	61.97	483.62	377.59	0.17	0.11		
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		
516/04	Макаронные изделия отварные	180	150	5.82	4.85	6.40	5.34	5.75	4.79	46.08	38.40	261.66	218.05				
ттк№253н	Чай "Витаминный" полусл.	200	150	3.16	2.37	0.76	0.57	0.06	0.04	17.62	13.22	74.06	55.54	0.09	0.07		
Второй завтрак																	
				4.20	3.41	0.08	0.07			16.16	13.13	64.96	52.78	3.20	2.60		
707/04	Сок фруктовый разливной	160	130	4.20	3.41	0.08	0.07			16.16	13.13	64.96	52.78	3.20	2.60		
Обед																	
				41.22	37.63	11.03	10.00	13.36	11.98	83.88	73.93	499.96	443.62	62.09	50.15		
	Свекла отварная	50	40	2.00	1.60	0.96	0.77	0.06	0.05	5.63	4.51	26.94	21.56	6.40	5.12		
135/04	Суп из овощей со сметаной	200/5	150/5	7.13	5.57	1.87	1.44	3.78	3.02	7.39	5.59	71.10	55.32	24.42	18.32		
86/10; соус 356/1	Тефтели мясные с соусом	60/30	60/30	19.18	19.18	1.81	1.81	4.93	4.93	10.72	10.72	94.54	94.54	2.24	2.24		
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 №-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		
	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	2.32	2.32	0.46	0.46	17.94	17.94	85.14	85.14				
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																	
				61.31	44.12	30.11	20.77	13.34	9.24	63.46	49.74	494.37	365.26	13.94	13.14		
	Десерт фруктовый Яблоко-	130	125	8.91	8.56	0.52	0.50	0.52	0.50	11.70	11.25	53.56	51.50	13.00	12.50		
ТТК 341	Запеканка "Сладкоежка" с соусом "Сластена"	150/20	100/15	50.46	33.79	27.87	18.60	12.64	8.56	36.76	24.76	372.31	250.52	0.84	0.56		
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, 17 августа 21																	
Завтрак																	
				25.35	21.29	15.26	12.97	16.76	14.98	45.37	32.71	393.40	317.46	7.60	6.00		
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	5.24	4.37	2.25	1.51	4.99	4.71	15.46	10.33	115.82	89.69				
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	6.00	6.00	6.10	6.10	5.52	5.52	0.34	0.34	75.41	75.41				
161/04	Суп молочный с рисом	200	150	7.43	5.58	3.80	2.85	3.89	2.80	14.93	11.20	109.95	81.43	4.00	3.00		
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																	
				12.21	7.63	4.90	3.06	4.22	2.64	6.92	4.33	85.24	53.28	1.35	0.84		
698/04	Простокваша	160	100	12.21	7.63	4.90	3.06	4.22	2.64	6.92	4.33	85.24	53.28	1.35	0.84		
Обед																	
				43.29	31.85	23.77	17.94	26.55	18.51	90.04	74.33	694.04	535.65	139.45	106.94		
ТТК-1025	Салат "Радужный"	50	40	2.95	2.36	1.55	1.24	2.63	2.10	6.46	5.16	55.70	44.56	3.93	3.14		
ТТК-425	Суп "Гречишное зернышко"	200	150	5.17	3.88	2.28	1.71	2.49	1.87	12.21	9.16	80.33	60.31	16.46	12.35		
ТТК-739к	Котлеты "Татарские"	75	50	20.08	13.31	12.09	8.06	17.09	11.06	9.30	6.20	239.33	156.55	0.56	0.37		
2004/534	Капуста тушеная	130	100	7.64	5.87	3.83	2.95	3.52	2.70	15.13	11.64	107.50	82.69	113.96	87.67		
ттк№271н	Компот "Плодово-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	2.32	2.32	0.46	0.46	17.94	17.94	85.14	85.14				
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			18.49	17.67	16.36	15.69	7.86	7.27	48.21	41.21	329.04	292.96	3.94	3.91
ТТК-53к	Мякоть птицы тушенная в соусе	25/25	25/25	11.13	11.13	10.54	10.54	3.82	3.82	1.89	1.89	84.10	84.10	0.64	0.64
510/04	Каша пшеничная вязкая	130	110	3.34	2.83	4.03	3.41	3.80	3.22	21.10	17.86	134.75	114.02		
686/04	Чай с лимоном	200/7	150/7	2.75	2.44	0.27	0.22	0.06	0.05	15.28	11.52	62.73	47.38	3.30	3.27
	Хлеб "Рябиனுшка"	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, 18 августа 21			150.84	115.3	67.37	50.54	52.96	41.25	262.58	203.99	1,796.53	1,389.23	134	118.92
	Завтрак			27.66	20.50	16.07	11.43	15.96	12.99	69.95	52.51	487.75	372.70	7.74	6.09
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
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	9.15	7.27	7.79	5.85	6.15	5.23	38.72	29.05	241.46	186.71	4.03	3.02
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			3.71	2.48	0.84	0.56			16.17	10.78	68.04	45.36		
	Напиток из сыВОротки	150	100	3.71	2.48	0.84	0.56			16.17	10.78	68.04	45.36		
	Обед			43.22	34.99	17.41	15.11	20.97	16.92	90.02	73.67	618.46	507.29	41.82	33.05
№62/97 , №16/201	Салат из свежей капусты	50	40	1.98	1.58	0.62	0.50	2.60	2.08	4.80	3.84	45.11	36.09	29.89	23.91
ттк-451	Суп карт.клецками с мясн.фрик	200/25	150/25	16.23	14.93	7.91	7.14	9.41	8.54	16.49	12.43	182.27	155.15	11.76	8.89
ТТК-649к	Биточки "Рябушка"	75	50	13.70	9.09	1.58	1.06	4.58	2.78	1.37	0.92	53.07	32.92	0.02	0.14
510/04	Каша ячневая вязкая	130	100	3.20	2.46	2.95	2.19	3.66	2.82	20.10	14.07	125.18	90.36		
ТТК№268н	Компот "ФлоДОВО-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 "Рябиனுшка"	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	2.32	2.32	0.46	0.46	17.94	17.94	85.14	85.14		
	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			66.50	50.02	28.07	19.71	11.81	8.17	78.08	60.76	530.96	395.39	77.69	74.72
	Десерт фруктовый Апельсин	120	118	14.85	14.60	1.08	1.06			10.08	9.91	44.64	43.90	72.00	70.80
ТТК №-991	Пудинг из тВОр."Морошка" с соус молОчн. сладк.	150/15	100/15	47.22	31.78	24.91	16.71	11.63	7.99	39.92	27.30	364.04	247.92	4.64	3.13
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 "Рябиனுшка"	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, 19 августа 21			100.5	89.01	53.08	47.27	58.56	53.65	200.77	171.71	1,542.44	1,358.75	59.66	48.81
	Завтрак			21.92	18.11	8.41	6.51	12.15	10.92	34.02	24.26	279.16	221.38	6.17	4.64
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 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
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			4.20	3.41	0.08	0.07			16.16	13.13	64.96	52.78	3.20	2.60
707/04	Сок фруктовый разливной	160	130	4.20	3.41	0.08	0.07			16.16	13.13	64.96	52.78	3.20	2.60
	Обед			39.42	36.33	27.92	25.68	23.97	21.95	83.65	72.33	661.93	589.56	18.32	14.48
13/2010	Салат из св.огурцов	50	40	2.80	2.24	0.39	0.31	3.05	2.44	1.21	0.97	33.80	27.04	4.85	3.88
139/04	Суп картофельный с бОбовыми с мякотью птицы	200/15	150/15	9.79	8.83	10.46	9.31	6.90	6.45	13.16	9.87	156.58	134.78	12.21	9.34
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
510/04	Каша гречневая вязкая	130	100	5.00	3.84	4.03	3.10	4.12	3.17	21.54	16.57	139.36	107.20		
ТТК-430	Компот полусладкий из сухофруктов	200	150	1.63	1.22	0.33	0.25	0.02	0.01	11.29	8.47	46.62	34.97	0.02	0.02
	Хлеб "Рябиனுшка"	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	2.32	2.32	0.46	0.46	17.94	17.94	85.14	85.14		
	Полдник			12.70	10.26	8.26	7.03	11.59	10.54	36.92	34.90	285.03	262.54	2.19	1.65
697/04	Молоко кипяченое	160	120	9.75	7.31	4.90	3.67	4.22	3.17	8.10	6.08	89.97	67.48	2.19	1.65
470/10	Булочка дорожная	50	50	2.95	2.95	3.36	3.36	7.37	7.37	28.82	28.82	195.06	195.06		
	Ужин			22.26	20.90	8.41	7.98	10.85	10.24	30.02	27.09	251.36	232.49	29.78	25.44
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	50/30	12.57	12.57	4.24	4.24	6.72	6.72	4.24	4.24	94.38	94.38	1.61	1.61
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-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 "Рябиனுшка"	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, 20 августа 21			110.05	84.75	62.5	45.82	50.35	42	220.89	188.01	1,586.76	1,313.41	73.3	68.43
	Завтрак			21.55	17.50	14.86	11.50	10.15	8.67	69.30	52.05	428.02	332.29	7.78	6.19
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	5.91	5.04	3.68	2.93	2.36	2.03	15.42	11.77	97.62	77.11	0.15	0.17
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	8.96	7.12	8.07	6.06	5.43	4.69	39.24	29.44	238.18	184.25	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				14.04	8.26	5.14	3.02	4.59	2.70	7.34	4.32	91.25	53.68	1.47	0.86
698/04	Ацидофилин	170	100	14.04	8.26	5.14	3.02	4.59	2.70	7.34	4.32	91.25	53.68	1.47	0.86
Обед				40.34	28.55	25.05	15.30	17.27	13.34	46.46	41.45	441.49	347.14	50.31	48.94
15/2010	Салат из св.помидоров и огурцов (ДОУ)	50	40	3.47	2.78	0.37	0.30	3.03	2.42	2.04	1.63	36.91	29.53	5.84	4.67
110/2004	Борщ с капустой и карт. со сметаной	200/5	150/5	6.54	5.13	1.64	1.26	3.78	3.02	10.28	7.75	81.69	63.26	22.65	16.99
ТТК 819	Жаркое из мякоти птицы	50/100		24.07		21.52		10.28		8.53		212.75		21.82	
ТТК 819	Жаркое из мякоти птицы		25/125		15.09		12.22		7.72		10.38		159.88		27.28
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				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				22.66	21.42	11.20	10.98	11.26	11.26	81.05	75.47	470.31	447.10	11.55	10.79
	Десерт фруктовый Банан	95	90	8.55	8.10	1.43	1.35			19.95	18.90	85.50	81.00	9.50	9.00
208/10	Макароны запеченные с яйцом с маслом	150/5	150/5	9.68	9.68	7.69	7.69	11.08	11.08	33.02	33.02	262.53	262.53	1.00	1.00
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				609.49	483.88	308.04	241.79	268.31	221.17	1,142.6	936.05	8,217.37	6,701.68	507.64	426.56
	Масса порции, гр	Масса порции, гр	Цена, руб.	Цена, руб.	Пищевые вещества	Пищевые вещества	Пищевые вещества	Пищевые вещества	Пищевые вещества	Пищевые вещества	Пищевые вещества	Энерг. ценность (ккал)	Энерг. ценность (ккал)	Витамины (мг)	Витамины (мг)
	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Белки и Дет. сад	Белки и Ясли	Жиры Дет. сад	Жиры Ясли	Углеводы Дет. сад	Углеводы Ясли	Дет. сад	Ясли	С	С	
														Дет. сад	Ясли
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:				609.49	483.88	270.6	213.5	303.0	235.2	1307.1	1015.5	9348.6	7346.9	251.4	225.2
В среднем в день:				121.90	96.78	54.11	42.70	60.59	47.04	261.42	203.09	1,869.71	1,469.37	50.28	45.03

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	углеводы, г	Витамин 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