

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 22.07.19 г по 26.07.19 г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Цена		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
						Белки		Жиры		Углеводы				С	
№ рец.	<u>ПОНЕДЕЛЬНИК 22.07</u>	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
	<u>Завтрак</u>														
1./04	Батон с маслом	20/5	20/5	4,18	4,18	1,63	1,63	4,70	4,70	10,40	10,40	90,42	90,42	0,00	0,00
510./04	Каша гречневая вязкая	200	150	5,10	3,83	6,00	4,50	9,00	6,75	29,80	22,35	224,20	168,15	0,00	0,00
648./04	Кисель	200	150	1,91	1,44	0,00	0,00	0,00	0,00	30,60	22,95	118,00	88,50	0,00	0,00
	Итого			11,19	9,45	7,63	6,13	13,70	11,45	70,80	55,70	432,62	347,07	0,00	0,00
	<u>2 Завтрак</u>														
707./04	Сок 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>														
ТТК-65	Морковь тертая с сахаром	60	45	2,59	1,94	0,60	0,45	0,06	0,045	6,96	5,22	30,00	22,50	2,88	2,16
124/04	Щи из свеж. капусты с картоф. со сметаной	200/5	150/5	5,43	4,30	1,90	1,46	4,27	3,39	10,08	7,60	86,35	66,75	14,15	10,15
ТТК-451	Мясо "Нежное" в соусе	50/50	50/50	37,65	37,65	10,50	10,50	11,24	11,24	3,70	3,70	159,00	159,00	1,29	1,29
516./04	Макароны отварные	150	100	4,43	2,95	4,97	3,82	4,41	3,39	27,03	20,79	167,70	129,00	0,00	0,00
ТТК-315	Компот "Фруктовый" из кураги	200	150	3,11	2,33	1,20	0,90	0,00	0,00	31,60	23,70	126,00	94,50	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			56,73	52,40	24,02	14,57	20,84	18,87	110,25	89,28	725,13	615,07	18,32	13,60
	<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>														
ТТК-476	Шницель рыбный "Морской"	75	75	26,51	26,51	10,64	10,64	8,87	8,87	6,25	6,25	147,39	147,39	2,45	2,45
520./04	Картофельное пюре	150	130	8,43	7,31	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	0,55	0,41	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			36,71	35,45	15,42	14,97	14,07	13,43	41,43	37,51	361,29	337,64	20,59	18,17
	Итого за день			118,94	111,61	52,38	40,98	53,11	48,25	240,99	201,00	1654,82	1435,56	44,57	37,43
	<u>ВТОРНИК 23.07</u>														
	<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

161.04	Суп молочный с ячневой крупой	200	150	6,81	5,10	4,38	3,29	7,66	5,75	12,21	9,16	123,66	92,75	1,00	0,75
ТТК-305	Какао с молоком	180	150	5,99	4,99	2,95	2,46	3,24	2,70	22,82	19,02	132,26	110,22	1,43	1,20
	Итого			19,91	17,20	10,26	8,68	16,95	14,50	45,43	38,58	363,69	310,74	2,57	2,09
	<u>2 Завтрак</u>														
707.04	Сок 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>														
43/04	Салат из свежей капусты	60	45	1,74	1,31	0,84	0,63	3,10	2,33	5,34	4,01	52,62	39,47	21,00	15,75
133/04	Суп картофельный с мякотью птицы	200/15	150/15	10,13	9,16	6,72	4,61	8,51	4,77	20,31	17,89	140,12	115,50	10,78	10,78
ТТК-223	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	50/50	12,99	12,99	8,10	8,10	16,50	16,50	9,10	9,10	217,00	217,00	1,70	1,70
ТТК-446	Пюре "Янтарное"	130	130	3,93	3,93	31,75	27,52	10,41	9,02	70,08	60,74	501,03	434,23	0,00	0,00
ТТК-315	Компот "Фруктовый" из изюма	200	150	3,30	2,48	0,40	0,30	0,00	0,00	27,40	20,50	111,20	83,20	0,00	0,00
	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			35,61	33,10	36,06	20,60	39,38	14,42	163,11	88,91	1178,05	336,42	33,48	28,23
	<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
741.04	Ватрушка с повидлом	75	75	4,09	4,09	4,71	4,71	2,37	2,37	50,75	50,75	243,15	243,15	0,15	0,15
	Итого			14,45	14,45	10,02	10,02	6,87	6,87	59,66	59,66	340,53	340,53	2,61	2,61
	<u>Ужин</u>														
	Десерт фруктовый "Апельсин"	120	120	9,87	9,87	0,87	0,87	0,00	0,00	8,09	8,09	43,00	43,00	15,31	15,31
367.04	Галушки из творога отварные с маслом	195/5	145/5	44,87	34,02	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	0,55	0,41	0,18	0,13	0,00	0,00	4,78	3,58	19,90	14,92	0,04	0,03
	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			56,51	45,52	13,38	4,61	14,27	11,77	71,66	57,96	546,21	440,73	15,92	15,76
	Итого за день			130,43	114,22	69,72	43,91	77,47	47,56	349,46	254,71	2466,88	1466,82	57,78	51,89
	СРЕДА 24.07														
	<u>Завтрак</u>														
3./04	Батон с сыром	20/5	20/5	4,58	4,58	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	12,40	9,68	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	5,97	4,81	2,85	2,34	2,41	2,00	14,36	10,63	91,00	70,00	1,17	0,98
	Итого			22,95	19,07	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	170	135	13,53	10,74	3,91	3,67	5,70	5,34	6,34	5,94	82,40	77,25	1,24	1,16
	Итого			13,53	10,74	3,91	3,67	5,70	5,34	6,34	5,94	82,40	77,25	1,24	1,16
	<u>Обед</u>														
ТТК-130	Салат "Метелка"	60	45	2,00	1,50	0,60	0,45	2,40	1,80	4,80	3,60	42,00	31,50	4,32	3,24
148.04	Суп -лапша домашняя с мясными фрикадельками	200/25	150/25	14,95	13,68	7,64	5,94	7,74	6,02	11,42	8,88	148,00	115,11	0,65	0,51

ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	26,66	24,38	37,56	28,17	15,50	11,62	58,98	44,23	525,40	394,05	0,51	0,38
ТТК-317	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов	200	150	1,50	1,12	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	1,22	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			48,63	43,91	34,65	21,13	26,50	20,25	137,48	108,53	995,48	776,98	5,93	4,46
	<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>														
ТТК-807	Гёфтели рыбо- крупяные с овощами с соусом томатным	50/50	50/50	15,91	15,91	8,60	8,60	4,11	4,11	10,54	10,54	114,00	114,00	1,36	1,36
520./04	Картофельное пюре	150	130	8,43	7,31	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	0,55	0,41	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	1,22	1,22	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			26,11	24,85	10,18	7,93	9,31	8,67	45,72	41,80	327,90	304,25	19,50	17,08
	Итого за день			121,58	108,93	62,93	45,71	59,47	50,61	244,31	202,22	1841,93	1541,43	30,44	26,28
	<u>ЧЕТВЕРГ 25.07</u>														
	<u>Завтрак</u>														
1./04	Батон с маслом	20/5	20/5	4,18	4,18	1,63	1,63	4,70	4,70	10,40	10,40	90,42	90,42	0,00	0,00
ТТК-982	Каша молочная овсяно- гречневая (вязкая) с маслом	200/3	150/3	11,44	8,96	8,30	6,23	8,95	7,30	27,04	20,28	200,65	150,55	1,50	1,13
ТТК-305	Какао с молоком	180	150	5,99	4,99	2,95	2,46	3,24	2,70	22,82	19,02	132,26	110,22	1,43	1,20
	Итого			21,61	18,13	12,88	10,32	16,89	14,70	60,26	49,70	423,33	351,19	2,93	2,33
	<u>2 Завтрак</u>														
707./04	Сок 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>														
	Помидор свежий порционный	30	20	3,06	2,04	0,18	0,12	0,00	0,00	1,26	0,84	5,97	3,98	7,50	5,00
133./04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	14,33	13,07	6,72	4,61	8,51	4,77	20,31	17,89	140,12	115,50	10,78	10,78
ТТК-653	Зразы мясные "Любимые" с сыром	60	60	17,41	17,41	6,60	6,60	9,00	9,00	1,80	1,80	115,00	115,00	0,35	0,35
534/04	Капуста тушеная	150	130	7,54	6,53	3,75	3,25	6,92	6,00	16,15	14,00	141,30	122,46	24,55	21,28
ТТК-911	Напиток "Цитрусовый"	200	150	3,70	2,78	0,12	0,09	0,04	0,03	21,42	16,07	86,44	64,83	5,00	3,75
	Хлеб "Рябиношка"	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			49,56	45,06	22,22	19,11	25,33	20,60	91,82	78,86	644,91	565,09	23,13	19,06
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое	180	150	10,36	8,63	5,31	4,43	4,50	3,75	8,91	7,43	97,38	81,15	2,46	2,05
	Итого			10,36	8,63	5,31	4,43	4,50	3,75	8,91	7,43	97,38	81,15	2,46	2,05
	<u>Ужин</u>														
	Десерт фруктовый "Банан"	151	140	13,18	12,22	2,22	2,06	0,00	0,00	42,13	39,06	141,60	131,30	17,65	16,36

ТТК-966	Запеканка из творога с курагой и морковью со сгущенным молоком	150/50	100/30	50,81	33,28	25,10	16,70	17,00	11,32	27,60	18,40	348,00	232,00	1,40	0,90
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,55	0,41	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	1,22	1,22	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			65,76	47,13	9,10	10,49	17,40	11,72	84,51	71,04	563,50	432,22	19,09	17,29
	Итого за день			151,24	122,90	49,51	44,35	64,12	50,77	255,10	216,63	1767,52	1468,05	50,81	43,93
	<u>ПЯТНИЦА 26.07</u>														
	<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
163/04	Суп молочный с клецками	200	150	8,43	6,32	4,80	3,60	5,60	4,20	10,40	7,80	110,80	83,10	0,90	0,70
395/10	Кофейный напиток с молоком	180	150	5,97	4,81	2,85	2,34	2,41	2,00	14,36	10,63	91,00	70,00	1,17	0,98
	Итого			21,51	18,24	10,58	8,87	14,06	12,25	35,16	28,83	309,57	260,87	2,21	1,82
	<u>2 завтрак</u>														
698./04	Кефир	170	135	12,49	9,92	5,40	4,50	4,39	3,66	7,20	6,00	90,90	75,75	1,31	1,09
	Итого			12,49	9,92	5,40	4,50	4,39	3,66	7,20	6,00	90,90	75,75	1,31	1,09
	<u>Обед</u>														
	Огурец свежий порционный	45	40	3,31	2,94	0,20	0,18	0,00	0,00	0,88	0,78	4,55	4,05	3,38	3,00
139/04	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	150	4,48	3,36	4,96	3,72	4,48	3,36	17,84	13,38	131,52	98,64	4,60	3,45
ТТК-404	Голубцы "Ленивые" с соусом смет с томат	200	200	30,74	30,74	13,50	13,50	11,57	11,57	25,10	25,10	256,45	256,45	38,10	38,10
ТТК-315	Компот "Фруктовый" из кураги	200	150	3,11	2,33	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	1,22	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			45,16	42,60	14,71	14,77	16,91	15,74	106,30	91,23	674,60	596,96	46,08	44,55
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое с печеньем "К кофе"	180/16	180/16	11,64	11,64	6,75	6,75	7,74	7,74	20,25	20,25	183,78	183,78	2,46	2,46
	Итого			11,64	11,64	6,75	6,75	7,74	7,74	20,25	20,25	183,78	183,78	2,46	2,46
	<u>Ужин</u>														
	Десерт фруктовый "Мандарин"	90	90	9,90	9,90	0,72	0,72	0,00	0,00	6,75	6,75	34,20	34,20	26,60	26,60
340/04	Омлет натуральный	53	53	5,99	5,99	5,57	5,57	7,15	7,15	0,75	0,75	90,20	90,20	0,15	0,15
510./04	Каша пшеничная вязкая	130	100	3,28	2,52	3,42	2,63	3,42	2,63	21,00	16,16	128,53	98,87	0,00	0,00
685/04	Чай с сахаром	200	150	0,98	0,74	0,20	0,15	0,00	0,00	15,00	11,25	58,00	43,50	0,10	0,08
	Хлеб "Рябиношка"	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			21,37	20,37	11,51	10,67	10,97	10,18	53,50	44,91	364,93	320,77	26,85	26,83
	Итого за день			112,17	102,77	48,95	45,56	54,07	49,57	222,41	191,22	1623,78	1438,13	78,91	76,74

	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:	634,36	560,43	283,49	220,51	308,24	246,76	1312,27	1065,77	9354,93	7349,99	262,51	236,26
В среднем в день	126,87	112,09	56,70	44,10	61,65	49,35	262,45	213,15	1870,99	1470,00	52,50	47,25

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"

возраст детей	энергетическая ценность, ккал	белки, г	жиры,г	углеводы, г	Витамины (мг)
					С
3-7 лет	1710- 1890	51,3- 56,7	57- 63	247,95- 274,05	47,5- 52,5
до 3 лет	1330- 1470	39,9- 44,1	44,65- 49,35	192,85- 213,15	42,75- 47,25

Генеральный директор



В.П. Гусева

Зам. директора по производству и качеству



Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам



Н.В. Журавлева

Зам. начальника производственного отдела

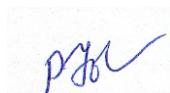


Л.Х. Гузаирова

Фатхуллина Г.А.



Р.Х. Нагимова



А.Р. Хамидуллина



В.П. Гусева



Н.В. Журавлева



Д.З. Фатыхова




Г.Н. Мартынова



Ю.В. Будилова



С.И. Мурзина



Е.В. Сашинская



Регина Ильдусовна



Загидуллина Л. Р.



Сухофрукты
Кондитерские изделия
Сахар
Масло сливочное
Масло растительное
Яйцо
Молоко и кисломолочные продукты
Творог
Мясо
Птица
Рыба
Колбасные изделия
Сметана
Сыр
Чай
Кофе злаковый
Какао порошок
Соки фруктовые
Соль

11	9	55	45
20	7	100	35
47	37	235	185
21	18	105	90
11	9	55	45
0,57	0,48	2,85	2,4
450	390	2250	1950
40	30	200	150
55	50	275	250
24	20	120	100
37	32	185	160
6,9	0,0	34,5	
11	9	55	45
6	4	30	20
0,6	0,5	3	2,5
1,2	1	6	5
0,6	0,5	3	2,5
100	100	500	500
6	4	30	20

76,5	56,1
28	24,5
72,5	57,7
2166	1940
215	143
197	196
162	162
112	112
38,5	36,5
17,2	17,2
500	500

139	125
28	70
0	0
69	64,1
0	0
0	0
96,3	99,5
107	95,3
71,6	78,3
135	162
60,8	70,3
0	
70	81,1
57,3	86
0	0
0	0
0	0
100	100
0	0

												5	5		
100	75														
90	75														
150	140														
												10	10		
				34	34	27	27								
180	180														
2166	1940	215	143	197	196	162	162	112	112	38,5	36,5	17,2	17,2	500	500