

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 23.12.19 г по 27.12.19 г

126,88 руб./день - сад

112,09 руб./день - ясли

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Цена		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
						Белки		Жиры		Углеводы				С	
№ рец.	<u>ПОНЕДЕЛЬНИК 23.12</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	30/5/5	30/5/5	7,94	7,94	3,71	3,71	6,48	6,48	15,47	15,47	135,05	135,05	0,15	0,15
510./04	Каша гречневая вязкая с сахаром	200	150	6,43	4,83	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	1,48	1,11	0,00	0,00	0,00	0,00	30,60	22,95	118,00	88,50	0,00	0,00
	Итого			<b>15,85</b>	<b>13,88</b>	<b>9,71</b>	<b>8,21</b>	<b>15,48</b>	<b>13,23</b>	<b>75,87</b>	<b>60,77</b>	<b>477,25</b>	<b>391,70</b>	<b>0,15</b>	<b>0,15</b>
	<u>2 Завтрак</u>														
707./04	Сок фруктовый разливной	160	160	3,95	3,95	0,00	0,00	0,00	0,00	10,20	10,20	40,80	40,80	3,40	3,40
	Итого			<b>3,95</b>	<b>3,95</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>10,20</b>	<b>10,20</b>	<b>40,80</b>	<b>40,80</b>	<b>3,40</b>	<b>3,40</b>
	<u>Обед</u>														
45./04	Салат из квашеной капусты	50	50	3,54	3,54	0,50	0,42	2,25	1,88	3,61	3,01	36,65	30,54	10,86	9,05
131/04	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	200/10	150/10	6,24	5,13	1,90	1,46	4,35	3,45	10,31	7,77	88,02	68,02	9,85	7,48
ТТК-739	Котлеты "Татарские"	75	75	17,91	17,91	9,00	9,00	10,00	10,00	3,00	3,00	139,00	139,00	0,34	0,34
516./04	Макароны отварные	150	130	4,38	3,79	5,72	4,96	5,08	4,40	31,15	27,00	193,50	167,70	0,00	0,00
ТТК-317	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов	200	150	1,27	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	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			<b>36,86</b>	<b>34,55</b>	<b>22,57</b>	<b>20,73</b>	<b>22,54</b>	<b>20,53</b>	<b>110,35</b>	<b>92,60</b>	<b>737,25</b>	<b>641,58</b>	<b>21,50</b>	<b>17,21</b>
	<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			<b>10,36</b>	<b>10,36</b>	<b>5,31</b>	<b>5,31</b>	<b>4,50</b>	<b>4,50</b>	<b>8,91</b>	<b>8,91</b>	<b>97,38</b>	<b>97,38</b>	<b>2,46</b>	<b>2,46</b>
	<u>Ужин</u>														
ТТК-66	Салат "Солнышко"	50	50	1,92	1,92	0,40	0,40	2,50	2,50	3,50	3,50	40,00	40,00	3,46	3,46
ТТК-341	Запеканка "Сладкоежка" со сгущенным молоком	150/15	100/15	49,29	33,61	22,89	15,26	15,57	10,38	41,06	27,37	396,00	264,00	0,77	0,51
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			<b>52,91</b>	<b>37,11</b>	<b>25,07</b>	<b>17,39</b>	<b>18,47</b>	<b>13,28</b>	<b>59,34</b>	<b>44,45</b>	<b>509,90</b>	<b>372,92</b>	<b>4,27</b>	<b>4,00</b>



	Горошек зеленый консервированный	15	10	2,72	1,81	0,72	0,48	0,05	0,03	1,64	1,09	9,84	6,56	1,56	1,04
110./04	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	150/5	4,41	3,53	1,74	1,34	4,91	3,87	10,64	8,02	93,71	72,27	8,21	6,16
ГТК-450	Котлеты "Камские"	75	75	19,89	19,89	10,00	10,00	3,00	3,00	6,00	6,00	90,00	90,00	0,35	0,35
510./04	Каша перловая вязкая	130	130	3,08	3,08	2,67	2,05	3,46	2,66	18,97	14,59	117,65	90,50	0,00	0,00
705./04	Напиток из плодов шиповника	200	150	4,02	3,02	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			<b>37,64</b>	<b>34,56</b>	<b>20,38</b>	<b>18,61</b>	<b>12,28</b>	<b>10,37</b>	<b>91,73</b>	<b>75,67</b>	<b>561,28</b>	<b>473,15</b>	<b>110,12</b>	<b>82,55</b>
	<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			<b>10,36</b>	<b>10,36</b>	<b>5,31</b>	<b>5,31</b>	<b>4,50</b>	<b>4,50</b>	<b>8,91</b>	<b>8,91</b>	<b>97,38</b>	<b>97,38</b>	<b>2,46</b>	<b>2,46</b>
	<u>Ужин</u>														
ГТК-65	Морковь тертая с сахаром	50	50	0,86	0,86	0,60	0,60	0,06	0,060	6,96	6,96	30,00	30,00	2,88	2,88
ГТК-868	Пудинг "Творожный" с яблоками со сгущенным молоком	150/20	100/30	50,51	36,15	20,86	14,10	21,40	14,72	25,76	18,50	379,18	262,98	2,076	1,42
ГТК-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			<b>53,07</b>	<b>38,59</b>	<b>23,24</b>	<b>16,43</b>	<b>21,86</b>	<b>15,18</b>	<b>47,50</b>	<b>39,04</b>	<b>483,08</b>	<b>361,90</b>	<b>5,00</b>	<b>4,33</b>
	Итого за день			<b>130,97</b>	<b>109,69</b>	<b>63,84</b>	<b>52,66</b>	<b>55,82</b>	<b>45,37</b>	<b>221,32</b>	<b>184,68</b>	<b>1649,59</b>	<b>1364,05</b>	<b>123,70</b>	<b>94,87</b>
	<b>ЧЕТВЕРГ 26.12</b>														
	<u>Завтрак</u>														
1./04	Батон с маслом	30/5	30/5	5,01	5,01	2,25	2,25	4,99	4,99	15,46	15,46	115,82	115,82	0,00	0,00
ГТК-180	Каша молочная пшеничная с яблоками (вязкая) с маслом	200/3	150/3	14,75	11,20	9,45	7,09	15,67	12,37	44,30	33,23	342,80	262,74	1,65	1,24
ГТК-305	Какао с молоком	180	150	5,64	4,70	2,95	2,46	3,24	2,70	22,82	19,02	132,26	110,22	1,43	1,20
	Итого			<b>25,40</b>	<b>20,91</b>	<b>14,65</b>	<b>11,80</b>	<b>23,90</b>	<b>20,06</b>	<b>82,58</b>	<b>67,71</b>	<b>590,88</b>	<b>488,78</b>	<b>3,08</b>	<b>2,44</b>
	<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			<b>4,19</b>	<b>4,19</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>9,60</b>	<b>9,60</b>	<b>38,40</b>	<b>38,40</b>	<b>3,20</b>	<b>3,20</b>
	<u>Обед</u>														
ГТК-234	Салат из свежей капусты с зелёным горошком	50	50	3,37	3,37	0,70	0,70	2,54	2,54	4,32	4,32	42,94	42,94	17,47	17,47
148./04	Суп -лапша по-домашнему с мясными фрикадельками	200/25	150/25	14,91	13,72	7,64	5,94	7,74	6,02	11,42	8,88	148,00	115,11	0,65	0,51
ГТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	25,89	23,86	37,56	28,17	15,50	11,62	58,98	44,23	525,40	394,05	0,51	0,38
ГТК-372	Компот из свежих яблок	200	150	3,53	2,65	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			<b>51,22</b>	<b>46,83</b>	<b>51,35</b>	<b>39,70</b>	<b>26,64</b>	<b>20,99</b>	<b>137,00</b>	<b>109,25</b>	<b>996,42</b>	<b>788,42</b>	<b>19,08</b>	<b>18,69</b>
	<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	4,84	4,84	4,71	4,71	2,37	2,37	50,75	50,75	243,15	243,15	0,15	0,15
	Итого			<b>15,20</b>	<b>15,20</b>	<b>10,02</b>	<b>10,02</b>	<b>6,87</b>	<b>6,87</b>	<b>59,66</b>	<b>59,66</b>	<b>340,53</b>	<b>340,53</b>	<b>2,61</b>	<b>2,61</b>
	<u>Ужин</u>														
	Десерт фруктовый "Мандарин"	80	80	9,82	9,82	0,72	0,72	0,00	0,00	6,75	6,75	34,20	34,20	26,60	26,60
330/96	Шницель рыбный натуральный	75	75	22,50	22,50	12,21	12,21	8,69	8,69	6,72	6,72	153,50	153,50	2,14	2,14
520./04	Картофельное пюре	130	130	4,95	4,95	2,60	2,25	4,16	3,61	17,68	15,32	121,33	105,15	15,69	13,60
ГТК-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			<b>38,97</b>	<b>38,85</b>	<b>17,31</b>	<b>16,91</b>	<b>13,25</b>	<b>12,70</b>	<b>45,93</b>	<b>42,37</b>	<b>382,93</b>	<b>361,77</b>	<b>44,47</b>	<b>42,37</b>
	Итого за день			<b>134,98</b>	<b>125,98</b>	<b>93,33</b>	<b>78,44</b>	<b>70,66</b>	<b>60,61</b>	<b>334,77</b>	<b>288,59</b>	<b>2349,16</b>	<b>2017,90</b>	<b>72,44</b>	<b>69,31</b>
	<b>ПЯТНИЦА 27.12</b>														
	<u>Завтрак</u>														
3./04	Батон с сыром	30/5	30/5	5,40	5,40	3,71	3,71	6,48	6,48	15,47	15,47	135,05	135,05	0,15	0,15
311./04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	12,21	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	5,81	4,70	2,85	2,34	2,41	2,00	14,36	10,63	91,00	70,00	1,17	0,98
	Итого			<b>23,42</b>	<b>19,64</b>	<b>9,66</b>	<b>8,45</b>	<b>13,89</b>	<b>12,28</b>	<b>50,93</b>	<b>42,10</b>	<b>366,05</b>	<b>312,85</b>	<b>1,32</b>	<b>1,13</b>
	<u>2 завтрак</u>														
698./04	Простокваша	160	135	12,73	10,74	5,04	3,25	5,75	3,71	7,38	4,76	101,45	65,45	1,44	0,93
	Итого			<b>12,73</b>	<b>10,74</b>	<b>5,04</b>	<b>3,25</b>	<b>5,75</b>	<b>3,71</b>	<b>7,38</b>	<b>4,76</b>	<b>101,45</b>	<b>65,45</b>	<b>1,44</b>	<b>0,93</b>
	<u>Обед</u>														
ГТК-62	Салат из отварной свеклы	60	50	1,04	0,87	0,65	0,54	3,89	3,24	5,18	4,32	58,32	48,60	5,59	4,66
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/10	5,21	4,36	1,88	1,48	4,94	4,08	8,32	6,32	85,26	67,92	14,83	11,13
ГТК-393 к	Запеканка картофельная с мясом "По-домашнему" с маслом	180/10	130/5	31,15	21,37	11,98	11,98	15,66	15,66	19,70	19,70	391,90	391,90	34,64	34,64
ГТК-315	Компот "Фруктовый" из кураги	200	150	2,28	1,71	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			<b>43,20</b>	<b>31,54</b>	<b>20,56</b>	<b>19,34</b>	<b>25,35</b>	<b>23,79</b>	<b>95,68</b>	<b>82,31</b>	<b>817,56</b>	<b>746,24</b>	<b>55,06</b>	<b>50,43</b>
	<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			<b>10,36</b>	<b>10,36</b>	<b>5,31</b>	<b>5,31</b>	<b>4,50</b>	<b>4,50</b>	<b>8,91</b>	<b>8,91</b>	<b>97,38</b>	<b>97,38</b>	<b>2,46</b>	<b>2,46</b>
	<u>Ужин</u>														
	Десерт фруктовый "Яблоко"	149	138	9,24	8,55	0,60	0,56	0,00	0,00	16,84	15,60	69,73	64,58	23,84	22,08
340/04	Омлет натуральный	53	53	8,20	8,20	5,57	5,57	7,15	7,15	0,75	0,75	90,20	90,20	0,15	0,15
510./04	Каша гречневая рассыпчатая	150	130	6,53	5,66	3,90	3,00	5,85	4,50	19,29	14,84	145,73	112,10	0,00	0,00
ГТК-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			<b>25,67</b>	<b>23,99</b>	<b>11,85</b>	<b>10,86</b>	<b>13,40</b>	<b>12,05</b>	<b>51,66</b>	<b>44,77</b>	<b>379,56</b>	<b>335,80</b>	<b>24,03</b>	<b>22,26</b>
	Итого за день			<b>115,38</b>	<b>96,27</b>	<b>52,42</b>	<b>47,21</b>	<b>62,89</b>	<b>56,33</b>	<b>214,56</b>	<b>182,84</b>	<b>1762,00</b>	<b>1557,72</b>	<b>84,31</b>	<b>77,20</b>

	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:	634,37	560,40	276,71	213,11	303,78	243,29	1333,3	1049,5	9163,7	6945,7	249,69	225,27
В среднем в день	126,87	112,08	55,34	42,62	60,76	48,66	266,66	209,91	1832,75	1389,14	49,94	45,05

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