


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 25.11.19 г по 29.11.19 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					
№ рец.	<u>ПОНЕДЕЛЬНИК 25.11</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	20/5/5		7,11		2,93	0,00	6,05	0,00	10,40	0,00	107,77	0,00	0,14	0,00
3./04	Батон с сыром		20/5		4,58	0,00	2,90	0,00	1,95	0,00	10,40	0,00	70,75	0,00	0,14
510./04	Каша гречневая вязкая с сахаром	200	150	6,44	4,83	6,00	4,50	9,00	6,75	29,80	22,35	224,20	168,15	0,00	0,00
337./04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	6,32	6,32	5,10	5,10	4,60	4,60	0,30	0,30	63,00	63,00	0,00	0,00
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
	Итого	476	371	20,35	16,09	14,21	12,63	19,65	13,30	45,28	36,63	414,87	316,82	0,18	0,17
	<u>2 Завтрак</u>														
707./04	Сок 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	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
	<u>Обед</u>														
45./04	Салат из квашеной капусты	75	50	5,32	3,55	0,50	0,42	2,25	1,88	3,61	3,01	36,65	30,54	10,86	9,05
142./04	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200/25	150/25	10,49	9,81	6,72	4,61	8,51	4,77	20,31	17,89	140,12	115,50	10,78	10,78
ТТК-739	Котлеты "Татарские"	75	75	18,39	18,39	9,00	9,00	10,00	10,00	3,00	3,00	139,00	139,00	0,34	0,34
516./04	Макаронаты отварные	150	130	4,54	3,93	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	1,28	0,96	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	791,4	640,6	43,54	39,87	27,39	23,88	26,70	21,85	120,35	102,72	789,35	689,06	22,43	20,51
	<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	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
	<u>Ужин</u>														
	Десерт фруктовый "Яблоко"	131	118	7,79	7,02	0,52	0,47	0,00	0,00	14,80	13,33	61,31	55,23	20,96	18,88
ТТК-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
ТТК-341	Запеканка "Сладкоezza" со сгущенным молоком	150/30	100/50	51,43	38,75	22,89	15,26	15,57	10,38	41,06	27,37	396,00	264,00	0,77	0,51

648./04	Кисель	200	150	1,68	1,26	0,00	0,00	0,00	0,00	30,60	22,95	118,00	88,50	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
	Итого	551	436	62,98	49,11	25,61	17,93	16,03	10,84	103,41	80,61	659,31	491,73	24,61	22,27
	Итого за день	2158,40	1787,60	141,18	119,38	72,52	59,75	66,88	50,49	288,16	239,07	2001,71	1635,79	53,08	48,81
	ВТОРНИК 26.11														
	<u>Завтрак</u>														
3./04	Батон с сыром	20/5	20/5	4,58	4,58	2,90	2,90	1,95	1,95	10,40	10,40	70,75	70,75	0,14	0,14
ТТК-180	Каша молочная пшеница с яблоками (вязкая) с маслом	200/3	150/3	14,82	11,25	9,45	7,09	15,67	12,37	44,30	33,23	342,80	262,74	1,65	1,24
ТТК-305	Какао с молоком	180	150	5,65	4,71	2,95	2,46	3,24	2,70	22,82	19,02	132,26	110,22	1,43	1,20
	Итого	588	328	25,05	20,54	15,30	12,45	20,86	17,02	77,52	62,65	545,81	443,71	3,22	2,58
	<u>2 Завтрак</u>														
707./04	Сок разливной	170	170	4,19	4,19	0,00	0,00	0,00	0,00	10,20	10,20	40,80	40,80	3,40	3,40
	Итого	170	170	4,19	4,19	0,00	0,00	0,00	0,00	10,20	10,20	40,80	40,80	3,40	3,40
	<u>Обед</u>														
ТТК-66	Салат "Солнышко"	60	50	2,27	1,89	0,48	0,40	3,00	2,50	4,20	3,50	48,00	40,00	4,15	3,46
131/04	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	200/10	150/10	6,23	5,12	1,90	1,46	4,35	3,45	10,31	7,77	88,02	68,02	9,85	7,48
ТТК-451	Мясо "Нежное" в соусе	50/50	50/50	37,55	37,55	10,50	10,50	11,24	11,24	3,70	3,70	159,00	159,00	1,29	1,29
ТТК-446	Пюре "Янтарное"	150	130	4,49	3,89	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	3,08	2,31	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	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого	736,4	630,6	57,14	53,99	49,88	44,62	29,86	27,02	146,57	124,48	1063,33	927,77	15,29	12,23
	<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
ТТК-814	Булочка "Домашняя"	30	30	1,08	1,08	2,24	2,24	3,93	3,93	18,27	18,27	117,63	117,63	0,00	0,00
	Итого	210	210	11,44	11,44	7,55	7,55	8,43	8,43	27,18	27,18	215,01	215,01	2,46	2,46
	<u>Ужин</u>														
ТТК-807	Гёфтели рыбо- крупяные с овощами с соусом томатным	50/50	50/50	13,00	13,00	8,60	8,60	4,11	4,11	10,54	10,54	114,00	114,00	1,36	1,36
510./04	Каша рисовая вязкая	130	100	3,73	2,87	1,95	1,50	5,07	3,90	19,89	15,30	132,99	102,30	0,00	0,00
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	470	400	18,43	17,45	12,33	11,83	9,58	8,41	45,21	39,42	320,89	285,22	1,40	1,39
	Итого за день	2174,40	1738,60	116,25	107,61	85,06	76,45	68,73	60,88	306,68	263,93	2185,84	1912,51	25,77	22,06
	СРЕДА 27.11														
	<u>Завтрак</u>														
3./04	Батон с маслом с сыром	20/5/10		10,04		2,93	0,00	6,05	0,00	10,40	0,00	107,77	0,00	0,14	0,00
3./04	Батон с сыром		20/5		4,58	0,00	2,90	0,00	1,95	0,00	10,40	0,00	70,75	0,00	0,14
ТТК-982	Каша молочная овсяно- гречневая (вязкая) с маслом	200/3	150/3	11,52	9,02	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	5,82	4,71	2,85	2,34	2,41	2,00	14,36	10,63	91,00	70,00	1,17	0,98
	Итого	418	338	27,38	18,31	14,08	11,47	17,41	11,25	51,80	41,31	399,42	291,30	2,81	2,25

	<u>2 Завтрак</u>															
698./04	Кефир	180	135	14,83	11,12	5,22	4,35	5,96	4,97	7,64	6,37	105,07	87,56	1,34	1,12	
	Итого	180	135	14,83	11,12	5,22	4,35	5,96	4,97	7,64	6,37	105,07	87,56	1,34	1,12	
	<u>Обед</u>															
ТТК-994	Салат "Пестрый"	60	50	2,47	2,06	4,00	3,36	2,67	2,20	11,10	9,23	84,20	70,18	5,00	4,17	
148./04	Суп -лапша по-домашнему с мясными фрикадельками	200/25	150/25	14,96	13,77	7,64	5,94	7,74	6,02	11,42	8,88	148,00	115,11	0,65	0,51	
ТТК-416	Капуста тушенная с мякотью птицы	50/150	50/150	24,30	24,30	11,32	11,32	6,32	6,32	10,14	10,14	142,70	142,70	24,99	24,99	
ТТК-147	Компот из черной смородины	200	150	3,29	2,47	0,20	0,15	0,00	0,00	21,60	16,20	87,20	65,40	25,80	19,35	
	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	776,4	565,6	48,54	45,83	28,01	25,21	17,59	15,35	85,14	72,72	618,18	536,71	56,44	49,02	
	<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	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	
	<u>Ужин</u>															
	Десерт фруктовый "Мандарин"	100	100	10,50	10,50	0,72	0,72	0,00	0,00	6,75	6,75	34,20	34,20	26,60	26,60	
ТТК-966	Запеканка из творога с курагой и морковью с молоком сгущенным	150/30	100/50	45,48	34,78	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	0,48	0,36	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	500	400	57,68	46,86	27,60	19,15	17,40	11,72	49,13	38,73	456,10	335,12	28,04	27,53	
	Итого за день	2054,40	1618,60	158,79	132,48	80,22	65,49	62,86	47,79	202,62	168,04	1676,15	1348,07	91,09	82,37	
	ЧЕТВЕРГ 28.11															
	<u>Завтрак</u>															
3./04	Батон с сыром	20/5	20/5	4,58	4,58	2,90	2,90	1,95	1,95	10,40	10,40	70,75	70,75	0,14	0,14	
161./04	Суп молочный с крупой "Геркулес"	200	150	6,69	5,02	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	5,65	4,71	2,95	2,46	3,24	2,70	22,82	19,02	132,26	110,22	1,43	1,20	
	Итого	405	325	16,92	14,31	10,23	8,65	12,85	10,40	45,43	38,58	326,67	273,72	2,57	2,09	
	<u>2 Завтрак</u>															
707./04	Сок 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	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	
	<u>Обед</u>															
	Горошек зеленый консерв.	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 св. капусты с карт. со сметаной	200/5	150/5	4,48	3,59	1,74	1,34	4,91	3,87	10,64	8,02	93,71	72,27	8,21	6,16	
ТТК-324	Котлеты "Крепыш"	75	75	25,60	25,60	8,25	8,25	13,50	13,50	6,00	6,00	178,00	178,00	0,00	0,00	
510./04	Каша ячневая вязкая	150	130	3,53	3,06	2,73	2,10	5,20	4,00	18,46	14,20	131,50	101,15	0,00	0,00	
ТТК-372	Компот из свежих яблок	200	150	3,43	2,57	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	711,4	415,6	43,28	39,86	18,89	17,06	24,52	22,21	99,02	81,13	693,13	594,30	10,22	7,54
	<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	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
	<u>Ужин</u>														
ТТК-476	Шницель рыбный "Морской"	75	75	26,01	26,01	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	5,71	4,95	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	0,48	0,36	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	425	375	33,42	32,54	15,42	14,97	14,07	13,43	41,43	37,51	361,29	337,64	20,59	18,17
	Итого за день	1891,40	1465,60	108,17	101,26	49,85	45,99	55,94	50,54	204,39	175,73	1516,87	1341,45	39,04	33,45
	ПЯТНИЦА 29.11														
	<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
311./04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	12,22	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	5,82	4,71	2,85	2,34	2,41	2,00	14,36	10,63	91,00	70,00	1,17	0,98
	Итого	413	333	25,15	21,36	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	155	135	12,33	10,74	4,43	3,69	5,06	4,55	6,49	5,84	89,25	80,33	1,27	1,14
	Итого	155	135	12,33	10,74	4,43	3,69	5,06	4,55	6,49	5,84	89,25	80,33	1,27	1,14
	<u>Обед</u>														
	Свекла отварная порционная	60	50	0,78	0,65	0,54	0,45	3,24	2,70	4,32	3,60	48,60	40,50	4,66	3,88
135/04	Суп из овощей на м/к бульоне со сметаной	200/10	150/10	6,64	5,46	1,90	1,46	4,27	3,39	10,08	7,60	86,35	66,75	14,15	10,15
461./04.	Тертые с соусом сметанным	60/30	60/30	17,79	17,79	8,80	8,80	19,00	19,00	8,80	8,80	241,00	241,00	0,35	0,35
516./04	Макаронные отварные	130	100	3,93	3,02	4,89	3,76	4,41	3,39	27,03	20,79	167,70	129,00	0,00	0,00
ТТК-315	Компот "Фруктовый" из кураги	200	150	2,29	1,71	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	756,4	620,6	34,95	31,86	22,18	19,81	31,78	29,29	112,71	92,76	825,73	715,07	19,16	14,38
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое с печеньем "Со вкусом лимона"	180/17	180/17	11,78	11,78	6,75	6,75	7,02	7,02	21,15	21,15	174,78	174,78	2,46	2,46
	Итого	197	197	11,78	11,78	6,75	6,75	7,02	7,02	21,15	21,15	174,78	174,78	2,46	2,46
	<u>Ужин</u>														
	Десерт фруктовый "Яблоко"	129	100	7,67	6,00	0,52	0,40	0,00	0,00	14,58	11,30	60,37	46,80	20,64	16,00
340/04	Омлет натуральный	53	53	7,36	7,36	5,57	5,57	7,15	7,15	0,75	0,75	90,20	90,20	0,15	0,15
166/10	Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом	150/5	150/5	9,01	9,01	3,60	3,00	14,94	12,45	20,70	17,25	231,66	193,05	9,48	7,90
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 "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	571	506	25,74	23,95	11,47	10,70	22,49	20,00	50,81	42,88	456,13	398,97	30,31	24,08

Итого за день	2092,40	1791,60	109,95	99,69	53,71	48,62	79,81	72,71	237,02	199,66	1884,66	1654,71	54,51	43,18
---------------	---------	---------	--------	-------	-------	-------	-------	-------	--------	--------	---------	---------	-------	-------

	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:	634,34	560,42	266,37	214,30	294,21	223,40	1258,9	1046,4	8695,2	6792,5	218,48	194,87
В среднем в день	126,87	112,08	53,27	42,86	58,84	44,68	251,77	209,29	1739,05	1358,51	43,70	38,97

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