

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, 131

УТВЕРЖДАЮ:
 Главный специалист отдела
 дошкольного образования

Фатхуллина Г. А.

2,4 группа

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ С 27.09.2021г. ПО 01.10.2021 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, 27 сентября 21															
Завтрак															
				130.91	97.28	62.04	46.55	47.85	38.19	250.43	199.52	1,680.48	1,327.89	83.32	61.32
				21.46	15.18	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	12.30	7.80	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	5.98	4.99	6.40	5.34	5.75	4.79	46.08	38.40	261.66	218.05		
ттк№253н	Чай "Витаминный" полусл.	200	150	3.18	2.39	0.76	0.57	0.06	0.04	17.62	13.22	74.06	55.54	0.09	0.07
Второй завтрак															
				3.94	3.41	0.08	0.07			15.15	13.13	60.90	52.78	3.00	2.60
707/04	Сок фруктовый разливной	150	130	3.94	3.41	0.08	0.07			15.15	13.13	60.90	52.78	3.00	2.60
Обед															
				34.29	30.32	13.63	12.37	15.17	13.49	78.29	67.31	504.16	439.98	64.02	49.32
	Свекла отварная	50	40	1.52	1.22	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	7.19	5.64	1.92	1.47	3.79	3.03	7.64	5.78	72.33	56.24	25.14	18.86
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	50/30	13.14	13.14	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	100	7.28	5.60	2.57	1.98	3.96	3.05	11.42	8.79	91.61	70.47	29.91	23.01
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															
				11.47	8.91	5.87	4.65	6.29	5.23	14.34	12.32	137.43	114.94	2.19	1.65
697/04	Молоко кипяченое с печеньем сах. в ассорт.	160/13	120/13	11.47	8.91	5.87	4.65	6.29	5.23	14.34	12.32	137.43	114.94	2.19	1.65
Ужин															
				59.75	39.46	30.11	20.55	13.34	9.02	63.46	44.79	494.37	342.60	13.94	7.64
	Десерт фруктовый Яблоко-	130	70	7.88	4.24	0.52	0.28	0.52	0.28	11.70	6.30	53.56	28.84	13.00	7.00
ТТК 341	Запеканка "Сладкоежка" с соусом "Сластена"	150/20	100/15	49.90	33.42	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	0.70	0.53	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, 28 сентября 21															
Завтрак															
				26.34	22.14	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	5.37	4.50	2.25	1.51	4.99	4.71	15.46	10.33	115.82	89.69		
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	6.25	6.25	6.10	6.10	5.52	5.52	0.34	0.34	75.41	75.41		
161/04	Суп молочный с рисом	200	150	7.74	5.81	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	6.98	5.58	3.11	2.51	2.36	1.95	14.64	10.84	92.22	70.93	3.60	3.00
Второй завтрак															
				12.01	8.01	4.59	3.06	3.96	2.64	6.49	4.33	79.92	53.28	1.27	0.84
698/04	Простокваша	150	100	12.01	8.01	4.59	3.06	3.96	2.64	6.49	4.33	79.92	53.28	1.27	0.84
Обед															
				41.18	36.30	18.62	17.00	24.89	22.39	89.19	76.36	655.24	574.94	140.69	108.21
	Салат "Солнышко"	50	40	3.11	2.49	0.59	0.47	5.09	4.07	7.13	5.70	76.72	61.38	3.49	2.79
ттк-425	Суп "Гречишное зернышко"	200	150	4.83	3.62	2.34	1.76	2.49	1.87	12.56	9.42	82.04	61.53	17.46	13.10
ТТК-131	Зразы "Школьные"	60	60	16.95	16.95	7.84	7.84	12.97	12.97	7.43	7.43	177.80	177.80	1.24	1.24
2004/534	Капуста тушеная	130	100	9.15	7.04	3.83	2.95	3.52	2.70	15.13	11.64	107.50	82.69	113.96	87.67

ттк№271н	Компот "Фруктово-ягодный" из свеж.ябл.	200	150	3.74	2.80	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				13.26	10.70	8.34	7.09	11.59	10.54	37.18	35.09	286.38	263.55	6.75	5.06
697/04	Молоко кипяченое	160	120	10.24	7.68	4.98	3.73	4.22	3.17	8.36	6.27	91.32	68.49	6.75	5.06
470/10	Булочка дорожная	50	50	3.02	3.02	3.36	3.36	7.37	7.37	28.82	28.82	195.06	195.06		
Ужин				18.73	17.61	14.97	14.31	7.67	6.82	47.77	39.24	319.98	275.62	3.94	3.91
ТТК-53к	Мякоть птицы тушенная в соусе	25/25	25/25	11.16	11.16	10.54	10.54	3.82	3.82	1.89	1.89	84.10	84.10	0.64	0.64
510/04	Каша перловая вязкая	130	100	3.41	2.62	2.64	2.03	3.61	2.77	20.66	15.89	125.69	96.68		
686/04	Чай с лимоном	200/7	150/7	2.89	2.56	0.27	0.22	0.06	0.05	15.28	11.52	62.73	47.38	3.30	3.27
	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		
Ср, 29 сентября 21				139.71	108.48	71.3	56.27	55	41.88	268.08	211.81	1,852.55	1,449.14	65.06	51.04
Завтрак				24.64	17.96	14.62	11.38	14.63	9.37	69.95	52.44	469.98	339.60	7.70	6.09
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5		8.67		3.74		5.91		15.49		130.13		0.04	
3/04	Бутерброд с сыром		20/5		5.04		2.95		2.00		10.28		70.90		0.04
311/04	Каша молочная пшеница с маслом	200/3	150/3	9.59	7.61	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	6.38	5.31	3.09	2.58	2.57	2.14	15.74	13.11	98.39	81.99	3.63	3.03
Второй завтрак				3.90	3.38	0.84	0.73			16.17	14.01	68.04	58.97		
	Напиток из сыворотки	150	130	3.90	3.38	0.84	0.73			16.17	14.01	68.04	58.97		
Обед				42.97	34.86	17.40	15.12	23.38	18.85	86.18	70.74	624.82	512.98	39.09	30.58
ТТК № 130	Салат "Метелка "	50	40	2.43	1.94	0.95	0.76	5.05	4.04	3.57	2.86	63.55	50.84	21.54	17.23
ттк-451	Суп карт.клецками с мясн.фрик	200/25	150/25	16.22	14.95	7.96	7.18	9.41	8.54	16.71	12.60	183.36	155.97	12.40	9.37
ТТК-649к	Биточки "Рябушка"	75	50	13.89	9.23	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	3.39	2.61	2.95	2.19	3.66	2.82	20.10	14.07	125.18	90.36		
ттк№-265н	Компот "Фруктово-ягодный" из красной смородины	200	150	3.64	2.73	0.12	0.09	0.04	0.03	16.55	12.41	67.06	50.29	5.13	3.84
	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				10.24	7.68	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	10.24	7.68	4.98	3.73	4.22	3.17	8.36	6.27	91.32	68.49	6.75	5.06
Ужин				57.96	44.60	33.46	25.31	12.77	10.49	87.42	68.35	598.39	469.10	11.52	9.31
	Десерт фруктовый Яблоко-	99	81	6.00	4.91	0.40	0.32	0.40	0.32	8.91	7.29	40.79	33.37	9.90	8.10
367/04	Галушки творожные с маслом	195/5	145/5	47.51	36.03	30.98	23.05	12.19	9.99	50.43	37.51	435.32	332.16	0.57	0.42
ттк№253н	Чай "Витаминный"полусл.	200	150	3.18	2.39	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		
Чт, 30 сентября 21				105.52	86.66	60.42	49.46	60.17	49.03	201.96	164	1,591.04	1,294.83	86.31	67.98
Завтрак				19.38	15.43	11.53	8.85	8.61	7.33	55.92	40.67	347.34	263.92	3.51	2.65
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	6.07	5.04	3.68	2.95	2.24	2.00	15.42	10.28	96.59	70.90	0.04	0.04
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	9.57	7.59	6.17	4.64	5.12	4.39	32.97	24.74	202.66	156.96	1.37	1.03
ТТК - 437	Чай полусладкий с молоком	200	150	3.74	2.80	1.68	1.26	1.25	0.94	7.53	5.65	48.09	36.06	2.10	1.58
Второй завтрак				3.94	3.41	0.08	0.07			15.15	13.13	60.90	52.78	3.00	2.60
707/04	Сок фруктовый разливной	150	130	3.94	3.41	0.08	0.07			15.15	13.13	60.90	52.78	3.00	2.60
Обед				43.08	33.11	31.80	25.40	31.08	23.18	86.09	71.32	751.21	595.43	45.35	35.74
ТТК-637	Салат из свежей капусты с огурцом	50	40	2.93	2.34	1.01	0.81	2.31	1.85	2.70	2.16	35.63	28.51	31.92	25.53
139/04	Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы	200/15	150/15	9.53	8.63	10.50	9.34	6.90	6.45	13.38	10.04	157.67	135.60	12.85	9.82
ТТК-739к	Котлеты "Татарские"	75	50	20.37	13.50	12.09	8.06	17.09	11.06	9.30	6.20	239.33	156.55	0.56	0.37
510/04	Каша гречневая вязкая	130	100	5.20	4.00	4.03	3.10	4.12	3.17	21.54	16.57	139.36	107.20		
ТТК-430	Компот полусладкий из сухофруктов	200	150	1.65	1.24	0.33	0.25	0.02	0.01	11.29	8.47	46.62	34.97	0.02	0.02
	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				10.24	7.68	4.90	3.67	4.22	3.17	8.10	6.08	89.97	67.48	2.19	1.65

697/04	Молоко кипяченое	160	120	10.24	7.68	4.90	3.67	4.22	3.17	8.10	6.08	89.97	67.48	2.19	1.65
Ужин				28.88	27.03	12.11	11.47	16.26	15.35	36.70	32.80	341.62	315.22	32.26	25.34
86/10; соус 356/1	Тефтели мясные с соусом	60/30	60/30	19.63	19.63	7.82	7.82	12.12	12.12	10.28	10.28	181.51	181.51	2.25	2.25
520/04	Пюре картофельное	130	100	7.28	5.60	2.57	1.98	3.96	3.05	11.42	8.79	91.61	70.47	29.91	23.01
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0.70	0.53	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		
Пт, 01 октября 21				121.89	96.78	67.33	50.04	58	48.3	238.02	199.64	1,743.42	1,433.34	81.02	77
Завтрак				28.63	24.11	16.29	12.98	14.93	13.53	67.64	49.33	470.14	371.05	4.99	4.06
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10	20/5/10	12.30	11.10	5.19	4.47	7.24	7.04	15.49	10.35	147.90	122.64	0.08	0.08
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	9.35	7.43	7.99	6.00	5.33	4.54	37.51	28.14	230.02	177.48	1.31	0.98
395/10	Кофейный напиток с молоком	180	150	6.98	5.58	3.11	2.51	2.36	1.95	14.64	10.84	92.22	70.93	3.60	3.00
Второй завтрак				15.61	12.14	5.44	4.23	4.86	3.78	7.78	6.05	96.62	75.15	1.56	1.21
698/04	Ацидофилин	180	140	15.61	12.14	5.44	4.23	4.86	3.78	7.78	6.05	96.62	75.15	1.56	1.21
Обед				42.17	29.45	28.43	17.99	18.05	13.94	68.59	62.77	550.51	448.42	56.53	54.29
15/2010	Салат из св.помидоров и огурцов (ДОУ)	50	40	5.06	4.05	0.37	0.30	3.03	2.42	2.04	1.63	36.91	29.53	5.84	4.67
110/04	Борщ с капустой и карт. со сметаной	200/5	150/5	6.40	5.05	1.80	1.38	3.76	3.01	10.59	7.99	83.43	64.57	22.97	17.23
ТТК 819	Жаркое из мякоти птицы	50/100	25/125	23.57	14.15	22.24	12.33	10.44	7.73	9.02	10.98	218.99	162.78	23.18	28.98
ттк№271н	Компот "Фруктово-ягодный" из свеж.ябл.	200	150	3.74	2.80	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				12.70	8.91	6.85	4.65	8.35	5.23	20.58	12.32	184.90	114.94	2.19	1.65
697/04	Молоко кипяченое с печеньем сах. в ассорт.	160/26	120/13	12.70	8.91	6.85	4.65	8.35	5.23	20.58	12.32	184.90	114.94	2.19	1.65
Ужин				22.78	22.17	10.32	10.19	11.81	11.82	73.43	69.17	441.25	423.78	15.75	15.79
	Десерт фруктовый Яблоко-	137	140	8.31	8.49	0.55	0.56	0.55	0.56	12.33	12.60	56.44	57.68	13.70	14.00
208/10	Макароны запеченные с яйцом с маслом	150/5	150/5	10.02	10.02	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	3.18	2.39	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				609.55	483.96	322.87	256.75	285.89	234.77	1,184.5	962.7	8,602.41	6,990.05	475.96	381.36

	Масса порции, гр	Масса порции, гр	Цена, руб.	Цена, руб.	Пищевые вещества	Пищевые вещества	Пищевые вещества	Пищевые вещества	Пищевые вещества	Пищевые вещества	Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)	Витамины (мг)
	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Белки	Белки	Жиры	Жиры	Углеводы	Углеводы	Дет. сад	Ясли	С	С
					и	и	ы	ы	воды	воды			Дет. сад	Ясли
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:			609.55	483.96	272.8	212.0	302.9	238.4	1307.6	1016.1	9048.0	7022.5	250.5	226.6
В среднем в день:			121.91	96.79	54.56	42.39	60.57	47.68	261.52	203.22	1,809.60	1,404.50	50.09	45.31

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

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

В.П. Гусева

Г.Н. Мартынова

Н.В. Журавлева

Л. Р. Загидуллина