


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 30.03.2020 г по 03.04.2020 г

117,22 руб./день - сад
 93,07 руб./день - ясли

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Цена		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)		
						Белки		Жиры		Углеводы		сад	ясли	С		
№ рец.	<u>ПОНЕДЕЛЬНИК 30.03</u>	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли			сад	ясли	сад
	<u>Завтрак</u>															
2./04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10	20/5/5	11,06	7,21	2,93	2,93	6,05	6,05	10,40	10,40	107,77	107,77	0,14	0,14	
510./04	Каша гречневая вязкая	200	150	6,00	4,50	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	1,44	1,08	0,00	0,00	0,00	0,00	30,60	22,95	118,00	88,50	0,00	0,00	
	Итого			18,50	12,79	8,93	7,43	15,05	12,80	70,80	55,70	449,97	364,42	0,14	0,14	
	<u>2 Завтрак</u>															
707./04	Сок фруктовый разливной	170	130	3,98	3,04	0,00	0,00	0,00	0,00	10,20	10,20	40,80	40,80	3,40	3,40	
	Итого			3,98	3,04	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 (без лука)	54	40	3,92	2,95	0,42	0,42	1,88	1,88	3,01	3,01	30,54	30,54	9,05	9,05	
131/04	Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	150/5	6,54	4,45	1,90	1,46	4,35	3,45	10,31	7,77	88,02	68,02	9,85	7,48	
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	50/30	13,34	12,45	7,28	7,28	5,44	5,44	6,17	6,17	83,07	83,07	3,59	3,59	
520./04	Картофельное пюре	130	100	5,68	4,37	3,00	2,60	4,80	4,16	20,40	17,68	140,00	121,33	18,10	15,69	
ТТК-317	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов	200	150	1,26	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			34,26	28,40	18,05	16,65	17,33	15,74	102,17	86,45	621,71	539,28	41,04	36,14	
	<u>Полдник</u>															
697./04	Молоко кипяченое	180	130	10,53	7,60	4,64	3,87	5,30	4,42	6,79	5,66	93,40	77,83	1,19	0,99	
	Итого			10,53	7,60	4,64	3,87	5,30	4,42	6,79	5,66	93,40	77,83	1,19	0,99	
	<u>Ужин</u>															
	Десерт фруктовый "Яблоко"	146	139	9,72	9,26	0,57	0,55	0,00	0,00	16,05	15,59	66,46	64,58	22,72	22,08	
367./04	Галушки из творога отварные с маслом	195/5	145/5	44,73	33,91	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	0,47	0,35	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			56,14	44,74	29,68	22,61	14,27	11,77	79,62	65,46	569,67	462,31	23,33	22,53	

	Горошек зеленый консервированный	15	10	2,58	1,72	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	200/10	150/5	5,46	3,66	1,74	1,34	4,91	3,87	10,64	8,02	93,71	72,27	8,21	6,16
ТТК-992	Мясо "Нежное" в соусе	50/50	25/25	36,77	18,39	10,50	10,50	11,24	11,24	3,70	3,70	159,00	159,00	1,29	1,29
510./04	Каша перловая вязкая	130	100	3,01	2,31	2,67	2,05	3,46	2,66	18,97	14,59	117,65	90,50	0,00	0,00
ТТК-315	Компот "Фруктовый" из изюма	200	150	2,92	2,19	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			54,26	31,50	20,88	19,11	20,52	18,61	93,23	76,17	647,48	554,85	11,06	8,49
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое	180	130	10,53	7,60	4,64	3,87	5,30	4,42	6,79	5,66	93,40	77,83	1,19	0,99
	Итого			10,53	7,60	4,64	3,87	5,30	4,42	6,79	5,66	93,40	77,83	1,19	0,99
	<u>Ужин</u>														
	Десерт фруктовый "Яблоко"	97	91	6,46	6,06	0,35	0,34	0,00	0,00	9,94	9,72	41,18	40,24	14,08	13,76
ТТК-966 к	Запеканка из творога «Гулливер» со сгущенным молоком	150/10	100/15	42,23	29,64	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	0,47	0,35	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			50,38	37,27	29,46	22,40	14,27	11,77	73,51	59,59	544,39	437,97	14,69	14,21
	Итого за день			137,53	95,08	67,46	55,48	72,60	61,28	307,98	245,90	1629,85	1360,29	31,58	27,56
	ЧЕТВЕРГ 2.04														
	<u>Завтрак</u>														
2./04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	8,04	7,21	2,93	2,93	6,05	6,05	10,40	10,40	107,77	107,77	0,14	0,14
ТТК-180	Каша молочная пшеничная с яблоками (вязкая) с маслом	200/3	150/3	14,85	11,28	9,45	7,09	15,67	12,37	44,30	33,23	342,80	262,74	1,65	1,24
395/10	Кофейный напиток с молоком	180	150	5,88	11,76	2,85	2,34	2,41	2,00	14,36	10,63	91,00	70,00	1,17	0,98
	Итого			28,77	30,25	15,23	12,36	24,13	20,42	69,06	54,26	541,57	440,51	2,96	2,36
	<u>2 Завтрак</u>														
707./04	Сок фруктовый разливной	170	130	3,98	3,04	0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	9,60	38,40	38,40	3,20	3,20
	Итого			3,98	3,04	0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	9,60	38,40	38,40	3,20	3,20
	<u>Обед</u>														
612/04	Маринад овощной	50	40	1,61	1,29	0,48	0,40	6,00	5,00	5,76	4,80	78,96	65,80	3,07	2,56
148./04	Суп -лапша по-домашнему с мякотью птицы	200/15	150/15	9,72	8,57	7,64	5,94	7,74	6,02	11,42	8,88	148,00	115,11	0,65	0,51
ТТК-131	Зразы "Школьные"	60	60	14,56	14,56	9,10	9,10	10,50	10,50	8,80	8,80	166,00	166,00	0,00	0,00
510./04	Каша пшеничная вязкая	130	100	2,97	2,29	5,26	3,95	5,26	3,95	38,31	28,73	221,55	166,16	0,00	0,00
ТТК-317	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов	200	150	1,26	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			33,64	30,89	27,93	24,28	30,36	26,28	126,57	103,03	894,59	749,39	4,17	3,40
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое	180	130	10,53	7,60	4,64	3,87	5,30	4,42	6,79	5,66	93,40	77,83	1,19	0,99
733/04	Оладьи	50	50	1,15	1,15	3,04	3,04	2,19	2,19	19,54	19,54	110,10	110,10	0,00	0,00
	Итого			11,68	8,75	7,68	6,91	7,49	6,61	26,33	25,20	203,50	187,93	1,19	0,99

	<u>Ужин</u>														
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	50/30	10,98	10,98	7,80	7,80	6,40	6,40	7,85	7,85	100,67	100,67	4,48	4,48
520./04	Картофельное пюре	130	100	5,68	4,37	3,00	2,60	4,80	4,16	20,40	17,68	140,00	121,33	18,10	15,69
685./04	Чай с сахаром	200	150	0,77	0,58	0,20	0,15	0,00	0,00	15,00	11,25	58,00	43,50	0,10	0,08
	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			18,65	17,15	12,60	12,15	11,60	10,96	53,25	46,78	352,67	319,50	22,68	20,24
	Итого за день			96,72	90,08	63,44	55,70	73,58	64,26	284,81	238,87	2030,73	1735,74	34,20	30,19
	ПЯТНИЦА 3.04														
	<u>Завтрак</u>														
2./04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10		11,06		2,93	0,00	6,05	0,00	10,40	0,00	107,77	0,00	0,14	0,00
3./04	Бутерброд с сыром		20/5		4,69	0,00	3,68	0,00	2,36	0,00	15,42	0,00	97,62	0,00	0,15
337./04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	6,00	6,00	5,10	5,10	4,60	4,60	0,30	0,30	63,00	63,00	0,00	0,00
161./04	Суп молочный с рисом	200	150	6,95	5,21	5,76	4,32	6,64	4,98	19,28	14,46	160,00	120,00	0,90	0,67
ТТК-305	Какао с молоком	180	150	5,75	4,79	2,95	2,46	3,24	2,70	22,82	19,02	132,26	110,22	1,43	1,20
	Итого			29,76	20,69	16,74	15,56	20,53	14,64	52,80	49,20	463,03	390,84	2,47	2,02
	<u>2 завтрак</u>														
698./04	Простокваша	150	100	10,99	7,33	5,32	3,54	6,08	4,05	7,79	5,19	107,10	71,40	1,52	1,01
	Итого			10,99	7,33	5,32	3,54	6,08	4,05	7,79	5,19	107,10	71,40	1,52	1,01
	<u>Обед</u>														
ТТК-62	Салат из отварной свеклы	50	40	1,00	0,80	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	200/5	150/5	4,49	3,59	1,88	1,48	4,94	4,08	8,32	6,32	85,26	67,92	14,83	11,13
ТТК-819	Жаркое из мякоти птицы	50/150	50/100	19,95	18,83	18,49	13,87	11,62	10,20	44,23	19,04	394,05	241,80	0,51	0,38
ТТК-315	Компот "Фруктовый" из кураги	200	150	2,21	1,66	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			31,17	28,11	27,07	21,23	21,31	18,33	120,21	81,65	819,71	596,14	20,93	16,17
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое с печеньем сахарным в ассортименте	180/30	150/10	12,90	9,57	4,05	3,11	3,43	2,64	6,79	5,22	74,20	57,08	5,49	4,22
	Итого			12,90	9,57	4,05	3,11	3,43	2,64	6,79	5,22	74,20	57,08	5,49	4,22
	<u>Ужин</u>														
	Десерт фруктовый "Яблоко"	140	86	9,32	5,73	0,56	0,32	0,00	0,00	15,82	9,04	65,52	37,44	22,40	12,80
286./10	Тефтели с соусом	60/30	60/30	17,10	17,10	8,80	8,80	19,00	19,00	8,80	8,80	241,00	241,00	0,35	0,35
510./04	Каша гречневая вязкая	150	130	4,50	3,90	3,90	3,00	5,85	4,50	19,29	14,84	145,73	112,10	0,00	0,00
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,47	0,35	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			32,61	28,30	15,04	13,85	25,25	23,90	58,69	46,26	526,15	459,46	22,79	13,18
	Итого за день			117,43	94,00	68,22	57,29	76,60	63,56	246,28	187,52	1990,19	1574,92	53,20	36,60

	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:	586,08	465,31	259,53	208,48	300,20	231,59	1323,7	994,0	8734,4	6934,4	246,30	221,00
В среднем в день	117,22	93,06	51,91	41,70	60,04	46,32	264,75	198,80	1746,89	1386,88	49,26	44,20

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

117,20	93,08
-0,04	0,01