

2,4 группа  
 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

УТВЕРЖДАЮ:  
 Главный специалист отдела  
 дошкольного образования



Фатхуллина Г. А.

**ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ С 31.08.2021г. ПО 03.09.2021 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														
<b>Вт, 31 августа 21</b>															121.83	96.76													
<b>Завтрак</b>															14.22	11.59	9.43	7.44	10.30	9.04	79.19	61.97	447.21	358.96	0.09	0.07			
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	5.24	4.37	2.27	1.53	4.49	4.21	15.49	10.35	111.49	85.37	0.00	0.00														
516/04	Макаронные изделия отварные	180	150	5.82	4.85	6.40	5.34	5.75	4.79	46.08	38.40	261.66	218.05	0.00	0.00														
ттк№253н	Чай "Витаминный"полусладкий	200	150	3.16	2.37	0.76	0.57	0.06	0.04	17.62	13.22	74.06	55.54	0.09	0.07														
<b>Второй завтрак</b>															3.94	3.41	0.08	0.07	0.00	0.00	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	0.00	0.00	15.15	13.13	60.90	52.78	3.00	2.60														
<b>Обед</b>															36.99	33.79	11.27	9.99	13.03	11.42	94.01	80.89	538.40	466.35	34.74	26.94			
Свекла отварная															50	40	2.00	1.60	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	7.32	5.72	1.92	1.47	3.79	3.03	7.64	5.78	72.33	56.24	25.14	18.86														
86/10; соус 356/1	Тефтели мясные с соусом	60/30	60/30	19.22	19.22	1.81	1.81	4.93	4.93	10.72	10.72	94.54	94.54	2.24	2.24														
510/04	Каша перловая вязкая	130	100	3.29	2.53	2.64	2.03	3.61	2.77	20.66	15.89	125.69	96.68	0.00	0.00														
ТТК №-272н	Кисель из концентрата полусладкий	200	150	1.76	1.32	0.10	0.07	0.00	0.00	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	0.00	0.00	
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	0.00	0.00	
<b>Полдник</b>															9.14	6.09	4.59	3.06	3.96	2.64	7.60	5.06	84.35	56.23	2.06	1.37			
697/04	Молоко кипяченое	150	100	9.14	6.09	4.59	3.06	3.96	2.64	7.60	5.06	84.35	56.23	2.06	1.37														
<b>Ужин</b>															57.54	41.88	29.82	20.64	12.43	9.11	58.75	46.77	466.09	351.66	9.62	9.84			
Десерт фруктовый Яблоко															87	92	5.96	6.30	0.35	0.37	0.35	0.37	7.83	8.28	35.84	37.90	8.70	9.20	
ТТК 341	Запеканка "Сладкоежка" с соусом "Сластена"	150/15	100/15	49.64	33.81	27.75	18.60	11.90	8.56	35.92	24.76	361.75	250.52	0.82	0.56														
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0.67	0.50	0.20	0.15	0.00	0.00	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	0.00	0.00	
<b>Ср, 01 сентября 21</b>															119.53	93.67	71.68	58.65	67.39	53.28	220.56	180.84	1,775.4	1,437.26	160.25	123.71			
<b>Завтрак</b>															31.95	24.59	18.20	14.46	19.01	15.89	45.40	32.73	425.48	331.77	7.68	6.04			
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10	20/5/5	11.84	7.67	5.19	3.00	7.24	5.62	15.49	10.35	147.90	104.00	0.08	0.04														
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	6.00	6.00	6.10	6.10	5.52	5.52	0.34	0.34	75.41	75.41	0.00	0.00														
161/04	Суп молочный с рисом	200	150	7.43	5.58	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	6.68	5.34	3.11	2.51	2.36	1.95	14.64	10.84	92.22	70.93	3.60	3.00														
<b>Второй завтрак</b>															12.97	9.16	5.20	3.67	4.48	3.17	7.35	5.19	90.57	63.93	1.43	1.01			
698/04	Простокваша	170	120	12.97	9.16	5.20	3.67	4.48	3.17	7.35	5.19	90.57	63.93	1.43	1.01														
<b>Обед</b>															43.24	31.81	23.83	17.99	26.55	18.51	90.39	74.59	695.75	536.87	140.45	107.69			
ТТК-1025	Салат "Радужный"	50	40	2.82	2.25	1.55	1.24	2.63	2.10	6.46	5.16	55.70	44.56	3.93	3.14														
ттк-425	Суп "Гречишное зернышко"	200	150	5.35	4.01	2.34	1.76	2.49	1.87	12.56	9.42	82.04	61.53	17.46	13.10														
ТТК-739к	Котлеты "Татарские"	75	50	20.00	13.26	12.09	8.06	17.09	11.06	9.30	6.20	239.33	156.55	0.56	0.37														
2004/534	Капуста тушеная	130	100	7.62	5.86	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 свежих яблок	200	150	4.05	3.03	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	0.00	0.00	
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	0.00	0.00	
<b>Полдник</b>															12.90	10.46	8.09	6.84	9.49	8.44	29.21	27.12	234.56	211.73	6.75	5.06			

697/04	Молоко кипяченое	160	120	9.75	7.31	4.98	3.73	4.22	3.17	8.36	6.27	91.32	68.49	6.75	5.06
733/04	Оладьи с маслом	50/3	50/3	3.15	3.15	3.11	3.11	5.27	5.27	20.85	20.85	143.24	143.24	0.00	0.00
<b>Ужин</b>				18.47	17.65	16.36	15.69	7.86	7.27	48.21	41.21	329.04	292.96	3.94	3.91
ТТК-53к	Мякоть птицы тушенная в соусе	25/25	25/25	11.11	11.11	10.54	10.54	3.82	3.82	1.89	1.89	84.10	84.10	0.64	0.64
510/04	Каша пшеничная вязкая	130	110	3.34	2.83	4.03	3.41	3.80	3.22	21.10	17.86	134.75	114.02	0.00	0.00
686/04	Чай с лимоном	200/7	150/7	2.75	2.44	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	0.00	0.00
<b>Чт, 02 сентября 21</b>				149.55	111.3	68.38	51.22	54.25	42.1	266.81	208.59	1,829.03	1,418.04	73.28	56.12
<b>Завтрак</b>				27.79	20.60	16.07	11.43	15.96	12.99	69.95	52.51	487.75	372.70	7.74	6.09
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10	20/5/5	11.84	7.67	5.19	3.00	7.24	5.62	15.49	10.35	147.90	104.00	0.08	0.04
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	9.23	7.33	7.79	5.85	6.15	5.23	38.72	29.05	241.46	186.71	4.03	3.02
ткк №198н	Какао с молоком полусладкий	180	150	6.72	5.60	3.09	2.58	2.57	2.14	15.74	13.11	98.39	81.99	3.63	3.03
<b>Второй завтрак</b>				3.71	3.22	0.84	0.73	0.00	0.00	16.17	14.01	68.04	58.97	0.00	0.00
	Напиток из сыворотки	150	130	3.71	3.22	0.84	0.73	0.00	0.00	16.17	14.01	68.04	58.97	0.00	0.00
<b>Обед</b>				43.18	34.98	17.81	15.42	20.92	16.88	90.68	74.19	622.27	510.28	42.46	33.53
20/10	Салат из свежей капусты	50	40	1.95	1.56	0.97	0.77	2.55	2.04	5.24	4.19	47.83	38.26	29.89	23.91
ткк-451	Суп картофельный с клецками с мясными фрикадельками	200/25	150/25	16.34	15.01	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	13.53	8.98	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	3.20	2.46	2.95	2.19	3.66	2.82	20.10	14.07	125.18	90.36	0.00	0.00
ткк№-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из кураги	200	150	4.76	3.57	0.51	0.38	0.08	0.06	19.38	14.53	80.23	60.17	0.15	0.11
	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	0.00	0.00
	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	0.00	0.00
<b>Полдник</b>				9.75	7.31	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	9.75	7.31	4.90	3.67	4.22	3.17	8.10	6.08	89.97	67.48	2.19	1.65
<b>Ужин</b>				65.12	45.19	28.76	19.97	13.15	9.06	81.91	61.80	561.00	408.61	20.89	14.85
	Десерт фруктовый Банан	135	98	12.66	9.19	2.03	1.47	0.00	0.00	28.35	20.58	121.50	88.20	13.50	9.80
40/10, соус 351/1(	Пудинг из творога с яблоками с соусом мол. Сладким	150/15	100/15	48.01	32.35	24.65	16.56	12.97	8.88	25.48	17.67	317.22	216.84	6.34	4.26
ткк№253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	3.18	2.38	0.56	0.42	0.00	0.00	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	0.00	0.00
<b>Пт, 03 сентября 21</b>				96.69	85.4	54.81	48.07	52.06	46.71	195.87	163.8	1,471.28	1,267.8	59.28	48.86
<b>Завтрак</b>				19.22	15.41	11.99	9.19	10.15	8.48	49.45	35.81	337.18	256.30	3.51	2.65
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	5.91	5.04	3.68	2.95	2.24	2.00	15.42	10.28	96.59	70.90	0.04	0.04
311/2004	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	9.73	7.69	6.63	4.98	6.66	5.54	26.50	19.88	192.50	149.34	1.37	1.03
ТТК - 437	Чай полусладкий с молоком	200	150	3.58	2.68	1.68	1.26	1.25	0.94	7.53	5.65	48.09	36.06	2.10	1.58
<b>Второй завтрак</b>				3.94	3.41	0.08	0.07	0.00	0.00	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	0.00	0.00	15.15	13.13	60.90	52.78	3.00	2.60
<b>Обед</b>				39.34	36.26	27.96	25.71	23.97	21.95	83.87	72.50	663.02	590.38	18.96	14.96
13/2010	Салат из св.огурцов	50	40	2.50	2.00	0.39	0.31	3.05	2.44	1.21	0.97	33.80	27.04	4.85	3.88
139/04	Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы	200/15	150/15	9.90	8.91	10.50	9.34	6.90	6.45	13.38	10.04	157.67	135.60	12.85	9.82
ТТК-131	Зразы "Школьные"	60	60	16.80	16.80	8.87	8.87	9.24	9.24	8.57	8.57	152.97	152.97	1.24	1.24
510/04	Каша гречневая вязкая	130	100	5.08	3.91	4.03	3.10	4.12	3.17	21.54	16.57	139.36	107.20	0.00	0.00
ТТК-430	Компот полусладкий из сухофруктов	200	150	1.66	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	0.00	0.00
	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	0.00	0.00
<b>Полдник</b>				11.46	9.02	6.25	5.02	7.08	6.03	16.74	14.72	155.69	133.20	2.19	1.65
697/04	Молоко кипяченое с печеньем сах. в ассорт.	160/18	120/18	11.46	9.02	6.25	5.02	7.08	6.03	16.74	14.72	155.69	133.20	2.19	1.65
<b>Ужин</b>				22.73	21.30	8.53	8.08	10.86	10.25	30.66	27.64	254.49	235.14	31.62	27.00
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	50/30	12.56	12.56	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	110	8.21	6.95	2.57	2.17	3.96	3.35	11.42	9.67	91.61	77.52	29.91	25.31
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0.69	0.52	0.20	0.15	0.00	0.00	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	0.00	0.00
<b>Итого</b>				487.6	387.13	250.06	199.14	213.42	174.3	937.94	761.05	6,672.66	5,409.08	342.32	269.51

	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 и Дет. сад	Белки и Ясли	Жиры Дет. сад	Жиры Ясли	Углеводы Дет. сад	Углеводы Ясли	Дет. сад	Ясли	С Дет. сад	С Ясли
<b>ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:</b>			487.6	387.13	216.4	170.8	242.4	188.2	1045.7	812.4	7478.8	5877.5	201.1	180.1
<b>В среднем в день:</b>			121.90	96.78	54.11	42.70	60.59	47.04	261.42	203.09	1,869.71	1,469.37	50.28	45.03

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

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