


11 группа: сады № 28, 30, 34, 40, 50, 50(ф), 51, 52, 54, 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
 18 группа: сады № 8, 9, 16, 27, 62, 65, 66, 82, 86, 108, 109, 118

УТВЕРЖДАЮ:
 Главный специалист отдела
 дошкольного образования
 Фатхуллина Г.А.

2,4 группа

НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ С 29.01.18г по 02.02.18г

| № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | | Цена | | Пищевые вещества (г) | | | | | | Энерг. ценность (ккал) | | Витамины (мг) | |
|---------|-------------------------------------------------|--------------|--------|---------------|---------------|----------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|------------------------|----------------|---------------|--------------|
| | | | | | | Белки | | Жиры | | Углеводы | | | | С | |
| № рец. | <u>ПОНЕДЕЛЬНИК 29.01</u> | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли |
| | <u>Завтрак</u> | | | | | | | | | | | | | | |
| 1./04 | Батон с маслом | 20/5 | 20/5 | 4,03 | 4,03 | 1,63 | 1,63 | 4,70 | 4,70 | 10,40 | 10,40 | 90,42 | 90,42 | 0,00 | 0,00 |
| 510./04 | Каша ячневая вязкая | 200 | 150 | 4,43 | 3,32 | 4,20 | 3,15 | 8,00 | 6,00 | 28,40 | 21,30 | 202,40 | 151,80 | 0,00 | 0,00 |
| 648./04 | Кисель | 200 | 150 | 1,56 | 1,17 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 30,60 | 22,95 | 118,00 | 88,50 | 0,00 | 0,00 |
| | Итого | | | 10,02 | 8,52 | 5,83 | 4,78 | 12,70 | 10,70 | 69,40 | 54,65 | 410,82 | 330,72 | 0,00 | 0,00 |
| | <u>2 Завтрак</u> | | | | | | | | | | | | | | |
| 707./04 | Сок разливной | 170 | 170 | 4,59 | 4,59 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 10,20 | 10,20 | 40,80 | 40,80 | 3,40 | 3,40 |
| | Итого | | | 4,59 | 4,59 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 10,20 | 10,20 | 40,80 | 40,80 | 3,40 | 3,40 |
| | <u>Обед</u> | | | | | | | | | | | | | | |
| ТТК-424 | Салат "Розовые щечки" | 75 | 60 | 3,30 | 2,64 | 1,08 | 0,86 | 2,83 | 2,26 | 3,63 | 2,90 | 44,08 | 35,26 | 4,04 | 3,23 |
| 148./04 | Суп -лапша по-домашнему с мясными фрикадельками | 200/25 | 150/25 | 14,12 | 12,93 | 7,64 | 5,94 | 7,74 | 6,02 | 11,42 | 8,88 | 148,00 | 115,11 | 0,65 | 0,51 |
| ТТК-417 | Плов "Золотой петушок" | 50/150 | 50/100 | 23,87 | 21,88 | 37,56 | 28,17 | 15,50 | 11,62 | 58,98 | 44,23 | 525,40 | 394,05 | 0,51 | 0,38 |
| ТТК-317 | Напиток "Фруктовый" из сухофруктов | 200 | 150 | 1,56 | 1,17 | 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 | 1,11 | 1,11 | 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 | 2,09 | 1,83 | 3,25 | 2,84 | 0,46 | 0,41 | 20,88 | 18,27 | 102,08 | 89,32 | 0,00 | 0,00 |
| | Итого | | | 46,05 | 41,56 | 46,73 | 34,86 | 26,93 | 20,71 | 136,31 | 107,83 | 997,56 | 686,74 | 5,65 | 4,45 |
| | <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 | | | 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> | | | | | | | | | | | | | | |
| 43/04 | Салат из свежей капусты | 60 | 50 | 1,12 | 0,93 | 0,94 | 0,78 | 3,00 | 2,50 | 6,00 | 5,00 | 54,76 | 45,63 | 10,00 | 8,33 |
| ТТК-476 | Шницель рыбный "Морской" | 75 | 75 | 27,79 | 27,79 | 7,98 | 7,98 | 6,65 | 6,65 | 4,69 | 4,69 | 110,54 | 110,54 | 1,84 | 1,84 |
| 318/10 | Картофель отварной | 150 | 130 | 6,33 | 5,48 | 2,87 | 2,49 | 4,32 | 3,74 | 23,00 | 19,93 | 142,35 | 123,37 | 21,00 | 18,20 |
| ТТК-475 | Чай полусладкий | 200 | 150 | 0,50 | 0,38 | 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 | 1,11 | 1,11 | 1,60 | 1,60 | 0,40 | 0,40 | 10,00 | 10,00 | 54,00 | 54,00 | 0,00 | 0,00 |
| | Итого | | | 36,85 | 35,69 | 13,57 | 12,98 | 14,37 | 13,29 | 48,47 | 43,20 | 381,55 | 348,46 | 32,88 | 28,40 |
| | Итого за день | | | 107,87 | 100,72 | 71,43 | 57,93 | 58,50 | 49,20 | 273,29 | 224,80 | 1928,10 | 1504,10 | 44,38 | 38,71 |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------|-----------------------------------------------------|-----------|-----------|---------------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|--------------|
| ТТК-62 | Салат из отварной свеклы | 75 | 60 | 1,67 | 1,33 | 0,75 | 0,60 | 4,50 | 3,60 | 6,00 | 4,80 | 67,50 | 54,00 | 7,14 | 5,71 |
| 138/04 | Суп картоф. с перлов. крупой на мясокостном бульоне | 200 | 150 | 4,07 | 3,05 | 2,63 | 1,97 | 2,25 | 1,69 | 14,00 | 10,50 | 86,77 | 65,08 | 6,60 | 4,95 |
| ТТК-400 | Капуста тушеная с мясом | 50/150 | 50/150 | 36,85 | 36,85 | 12,14 | 12,14 | 8,96 | 8,96 | 9,40 | 9,40 | 166,80 | 166,80 | 24,50 | 24,50 |
| ТТК-315 | Компот "Фруктовый" из чернослива | 200 | 150 | 3,36 | 2,52 | 0,60 | 0,45 | 0,00 | 0,00 | 29,00 | 21,75 | 116,00 | 87,00 | 0,00 | 0,00 |
| | Хлеб "Рябинушка" | 1/20 | 1/20 | 1,11 | 1,11 | 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 | 2,09 | 1,83 | 3,25 | 2,84 | 0,46 | 0,41 | 20,88 | 18,27 | 102,08 | 89,32 | 0,00 | 0,00 |
| | Итого | | | 49,15 | 46,69 | 20,97 | 19,60 | 16,57 | 15,05 | 95,28 | 74,72 | 593,15 | 422,20 | 33,24 | 30,16 |
| | <u>Полдник</u> | | | | | | | | | | | | | | |
| 697/04 | Молоко кипяченое с печеньем "Супер Ю" | 180/34 | 180/17 | 13,04 | 11,70 | 7,69 | 6,50 | 9,26 | 6,88 | 32,37 | 20,64 | 243,58 | 170,48 | 2,46 | 2,46 |
| | Итого | | | 13,04 | 11,70 | 7,69 | 6,50 | 9,26 | 6,88 | 32,37 | 20,64 | 243,58 | 170,48 | 2,46 | 2,46 |
| | <u>Ужин</u> | | | | | | | | | | | | | | |
| | Десерт фруктовый "Апельсин" | 150 | 138 | 10,82 | 9,95 | 1,35 | 1,24 | 0,00 | 0,00 | 12,15 | 11,18 | 64,50 | 59,34 | 23,00 | 21,16 |
| ТТК-730 | Фрикад. рыбные "Капелька" с соус. томатн | 50/30 | 50/30 | 8,74 | 8,74 | 7,28 | 7,28 | 5,44 | 5,44 | 6,17 | 6,17 | 102,70 | 102,70 | 3,59 | 3,59 |
| 520/04 | Картофельное пюре | 150 | 130 | 7,09 | 6,15 | 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 | 0,50 | 0,38 | 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 | 1,11 | 1,11 | 1,60 | 1,60 | 0,40 | 0,40 | 10,00 | 10,00 | 54,00 | 54,00 | 0,00 | 0,00 |
| | Итого | | | 28,26 | 26,33 | 13,41 | 12,85 | 10,64 | 10,00 | 53,50 | 48,61 | 381,10 | 352,29 | 44,73 | 40,47 |
| | Итого за день | | | 129,65 | 114,01 | 56,20 | 49,37 | 54,31 | 45,81 | 234,01 | 186,40 | 1644,98 | 1281,37 | 83,03 | 75,06 |
| | ЧЕТВЕРГ 01.02 | | | | | | | | | | | | | | |
| | <u>Завтрак</u> | | | | | | | | | | | | | | |
| 1./04 | Батон с маслом | 20/5 | - | 4,03 | | 1,63 | 0,00 | 4,70 | 0,00 | 10,40 | 0,00 | 90,42 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| 3./04 | Батон с маслом с сыром | - | 20/5/5 | | 6,88 | 0,00 | 2,93 | 0,00 | 6,05 | 0,00 | 10,40 | 0,00 | 107,77 | 0,00 | 0,14 |
| 311./04 | Каша молочная пшеничная (жидкая) с маслом | 200/3 | 150/3 | 11,59 | 9,07 | 4,40 | 4,12 | 4,06 | 4,03 | 26,99 | 25,31 | 162,00 | 154,00 | 0,00 | 0,00 |
| ТТК-305 | Какао с молоком | 180 | 150 | 5,85 | 4,87 | 2,95 | 2,46 | 3,24 | 2,70 | 22,82 | 19,02 | 132,26 | 110,22 | 1,43 | 1,20 |
| | Итого | | | 21,47 | 20,82 | 8,98 | 9,51 | 12,00 | 12,78 | 60,21 | 54,73 | 384,68 | 371,99 | 1,43 | 1,34 |
| | <u>2 Завтрак</u> | | | | | | | | | | | | | | |
| 707./04 | Сок разливной | 150 | 150 | 4,05 | 4,05 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 9,00 | 9,00 | 36,00 | 36,00 | 3,00 | 3,00 |
| | Итого | | | 4,05 | 4,05 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 9,00 | 9,00 | 36,00 | 36,00 | 3,00 | 3,00 |
| | <u>Обед</u> | | | | | | | | | | | | | | |
| ТТК-130 | Салат "Метелка" | 50 | 45 | 1,09 | 0,98 | 0,50 | 0,45 | 2,00 | 1,80 | 4,00 | 3,60 | 35,00 | 31,50 | 3,60 | 3,24 |
| 131/04 | Рассольник "Домашний" с мясн фрикад со сметаной | 200/25/10 | 150/25/10 | 15,36 | 13,41 | 8,09 | 6,37 | 7,48 | 5,89 | 19,56 | 15,40 | 158,89 | 125,08 | 18,25 | 14,37 |
| ТТК-653 | Зразы мясные "Любимые" с сыром | 60 | 60 | 16,34 | 16,34 | 6,60 | 6,60 | 9,00 | 9,00 | 1,80 | 1,80 | 115,00 | 115,00 | 0,35 | 0,35 |
| 516./04 | Макароны отварные | 130 | 100 | 3,33 | 2,56 | 4,97 | 3,82 | 4,41 | 3,39 | 27,03 | 20,79 | 167,70 | 129,00 | 0,00 | 0,00 |
| ТТК-315 | Компот "Фруктовый" из кураги | 200 | 150 | 2,96 | 2,22 | 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 | 1,11 | 1,11 | 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 | 2,09 | 1,83 | 3,25 | 2,84 | 0,46 | 0,41 | 20,88 | 18,27 | 102,08 | 89,32 | 0,00 | 0,00 |
| | Итого | | | 42,28 | 38,45 | 23,21 | 17,58 | 23,75 | 20,88 | 116,87 | 93,56 | 758,67 | 544,40 | 21,20 | 16,96 |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------|----------------------------------------------|--------|--------|---------------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|----------------|----------------|--------------|--------------|
| | <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 | | | 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" | 120 | 120 | 10,60 | 10,60 | 0,96 | 0,96 | 0,00 | 0,00 | 9,01 | 9,01 | 45,60 | 45,60 | 45,60 | 45,60 |
| 294/96 | Сырники из творога с соусом молочным сладким | 150/30 | 100/50 | 51,45 | 35,90 | 28,60 | 19,64 | 20,35 | 14,92 | 21,06 | 18,00 | 381,79 | 284,84 | 0,46 | 0,41 |
| ТТК-475 | Чай полусладкий | 200 | 150 | 0,50 | 0,38 | 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 | 1,11 | 1,11 | 1,60 | 1,60 | 0,40 | 0,40 | 10,00 | 10,00 | 54,00 | 54,00 | 0,00 | 0,00 |
| | Итого | | | 63,66 | 47,99 | 31,34 | 22,33 | 20,75 | 15,32 | 44,85 | 40,59 | 501,29 | 399,36 | 46,10 | 46,04 |
| | Итого за день | | | 141,82 | 121,67 | 68,84 | 54,73 | 61,00 | 53,48 | 239,84 | 206,79 | 1778,02 | 1449,13 | 74,19 | 69,80 |
| | ПЯТНИЦА 02.02 | | | | | | | | | | | | | | |
| | <u>Завтрак</u> | | | | | | | | | | | | | | |
| 3./04 | Батон с маслом с сыром | 20/5/5 | 20/5/5 | 6,88 | 6,88 | 2,93 | 2,93 | 6,05 | 6,05 | 10,40 | 10,40 | 107,77 | 107,77 | 0,14 | 0,14 |
| 161./04 | Суп молочный с рисом | 200 | 150 | 6,90 | 5,18 | 5,76 | 4,32 | 6,64 | 4,98 | 19,28 | 14,46 | 160,00 | 120,00 | 0,90 | 0,67 |
| 395/10 | Кофейный напиток с молоком | 180 | 150 | 5,90 | 4,76 | 2,85 | 2,34 | 2,41 | 2,00 | 14,36 | 10,63 | 91,00 | 70,00 | 1,17 | 0,98 |
| | Итого | | | 19,68 | 16,82 | 11,54 | 9,59 | 15,10 | 13,03 | 44,04 | 35,49 | 358,77 | 297,77 | 2,21 | 1,79 |
| | <u>2 завтрак</u> | | | | | | | | | | | | | | |
| 698./04 | Кефир | 150 | 135 | 12,36 | 11,12 | 4,50 | 4,05 | 3,76 | 3,38 | 6,00 | 5,40 | 75,76 | 68,18 | 1,11 | 1,00 |
| | Итого | | | 12,36 | 11,12 | 4,50 | 4,05 | 3,76 | 3,38 | 6,00 | 5,40 | 75,76 | 68,18 | 1,11 | 1,00 |
| | <u>Обед</u> | | | | | | | | | | | | | | |
| ТТК-65 | Морковь тертая с сахаром | 50 | 45 | 1,09 | 0,98 | 0,50 | 0,45 | 0,06 | 0,05 | 5,80 | 5,22 | 25,00 | 22,50 | 2,40 | 2,16 |
| 142./04 | Суп картофельный с рыбными фрикадельками | 200/25 | 150/25 | 12,03 | 11,12 | 6,72 | 4,61 | 8,51 | 4,77 | 20,31 | 17,89 | 140,12 | 115,50 | 10,78 | 10,78 |
| ТТК-650 | Котлеты "Челнинские" | 75 | 75 | 16,68 | 16,68 | 9,00 | 9,00 | 10,00 | 10,00 | 3,00 | 3,00 | 139,00 | 139,00 | 0,34 | 0,34 |
| 510./04 | Каша гречневая вязкая | 130 | 100 | 3,05 | 2,35 | 3,90 | 3,00 | 5,85 | 4,50 | 19,37 | 14,90 | 145,73 | 112,10 | 0,00 | 0,00 |
| ТТК-317 | Напиток "Фруктовый" из сухофруктов | 200 | 150 | 1,56 | 1,17 | 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 | 1,11 | 1,11 | 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 | 2,09 | 1,83 | 3,25 | 2,84 | 0,46 | 0,41 | 20,88 | 18,27 | 102,08 | 89,32 | 0,00 | 0,00 |
| | Итого | | | 37,61 | 35,24 | 20,57 | 19,95 | 25,28 | 20,13 | 112,76 | 92,83 | 729,93 | 531,42 | 13,97 | 13,62 |
| | <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 | 0,93 | 0,93 | 2,24 | 2,24 | 3,93 | 3,93 | 18,27 | 18,27 | 117,63 | 117,63 | 0,00 | 0,00 |
| | Итого | | | 11,29 | 11,29 | 7,55 | 7,55 | 8,43 | 8,43 | 27,18 | 27,18 | 215,01 | 215,01 | 2,46 | 2,46 |
| | <u>Ужин</u> | | | | | | | | | | | | | | |
| | Десерт фруктовый "Яблоко" | 142 | 140 | 9,88 | 9,74 | 0,57 | 0,56 | 0,00 | 0,00 | 13,91 | 13,71 | 53,96 | 53,20 | 22,72 | 22,40 |
| 541/04 | Рагу овощное | 180 | 150 | 9,10 | 7,58 | 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 | 0,50 | 0,38 | 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 | 1,11 | 1,11 | 1,60 | 1,60 | 0,40 | 0,40 | 10,00 | 10,00 | 54,00 | 54,00 | 0,00 | 0,00 |
| | Итого | | | 20,59 | 18,81 | 5,95 | 5,29 | 15,34 | 12,85 | 49,39 | 44,54 | 359,52 | 315,17 | 32,24 | 30,33 |
| | Итого за день | | | 101,53 | 93,28 | 50,11 | 46,43 | 67,91 | 57,82 | 239,37 | 205,44 | 1738,99 | 1427,55 | 51,99 | 49,19 |

| | 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: | 608,24 | 537,33 | 283,43 | 220,32 | 314,75 | 245,85 | 1244,0 | 1039,7 | 9174,0 | 7349,3 | 262,18 | 236,03 |
| В среднем в день | 121,65 | 107,47 | 56,69 | 44,06 | 62,95 | 49,17 | 248,79 | 207,95 | 1834,79 | 1469,87 | 52,44 | 47,21 |

Рекомендуемые нормы физиологических потребностей для детей с 3 до 7 лет в пищевых веществах и энергии согласно СанПиН 2.4.1.3049 - 13 "Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях"

Генеральный директор

В.П. Гусева

Зам. директора по произ-ву

Р.И. Самигулова

Экономист по ценам

Н.В. Журавлева

Зам. начальника производственного отдела

Ю.В. Прокофьева