

"УТВЕРЖДАЮ"
 Генеральный директор
 ООО "Школьное питание"
 Р. И. Мусина



ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСК с 29.07.2024г. по 02.08.2024 г.

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг	
		Дет. сад	Ясли	Белки		Жиры		Углеводы		Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли				
Пн, 29 июля 24													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	3,87	3,07	2,02	2,02	15,30	10,20	97,54	71,24	0,04	0,04
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	8,68	6,51	8,42	6,86	29,88	22,42	230,02	177,48	2,29	1,72
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56
Второй завтрак													
697/04	Молоко кипяченое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
Обед													
20/10	Салат из свежей капусты	50	40	0,97	0,77	2,55	2,04	5,24	4,19	47,83	38,26	2,21	1,84
148/04	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	8,05	7,50	7,18	6,67	11,15	8,36	141,47	123,45	2,21	1,61
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	50/30	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	2,45	2,07	3,95	3,34	10,78	9,12	88,48	74,87	28,07	23,75
ТТК-265н	Компот "Плодово-ягодный" из красной смородины	200	150	0,12	0,09	0,04	0,03	16,55	12,41	67,06	50,29	5,13	3,84
Хлеб белый													
337/04	Уплотненный полдник	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	0,39	0,37
510/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	19,30	17,94	12,35	11,61	114,09	102,95	644,72	588,04	0,39	0,37
ТТК-253к	Каша гречневая вязкая	130	110	5,52	5,52	5,04	5,04	21,54	18,23	139,36	117,92	0,09	0,07
ТТК-458	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	0,76	0,57	0,06	0,04	17,62	13,22	74,06	55,54	0,30	0,30
Ватрушка с повидлом													
Хлеб белый													
Хлеб "Дарницкий"													
		44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
		152,36 руб.	120,97 руб.										
Итого стоимость питания в день													
Вт, 30 июля 24													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	8,33	8,48	11,34	10,58	31,09	34,81	259,73	268,34	2,51	2,00
161/04	Суп молочный с рисом	200	150	1,52	3,12	5,04	5,64	0,07	10,27	51,74	104,34	0,04	0,04
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,76	2,82	3,78	2,84	15,74	11,80	111,99	84,00	1,30	0,98
698/04	Простокваша	100	100	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
Второй завтрак													
Обед													
52/11	Салат из свеклы отварной	50	40	0,91	0,73	3,06	2,45	5,33	4,27	52,49	41,99	6,06	4,85
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/5	1,91	1,37	4,51	3,01	6,58	4,84	74,56	51,93	38,21	28,65
ТТК-739к	Котлеты "Татарские"	75	50	12,09	8,06	17,09	11,06	9,30	6,20	239,33	156,55	0,56	0,37

ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	14,70	12,44	4,32	3,65	32,42	27,44	227,34	192,37	4,80	3,60
707/04	Сок фруктовый разливной	200	150	1,00	0,75			20,20	15,15	84,80	63,60		
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
	Уплотненный полдник												
ТТК-495Н	Десерт фруктовый Яблоко	120	100	0,48	0,40	0,48	0,40	10,80	9,00	49,44	41,20	12,67	10,49
ТТК-302Н	Галушки "Снежок"	200	150	30,93	23,00	12,14	9,95	52,39	39,48	442,54	339,42	0,57	0,42
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/18	150/18	2,90	2,85	5,77		22,34	21,07	152,93	147,56	0,10	0,07
	Хлеб белый	1/20	1/20										
	Итого стоимость питания в день	152,36 руб.	120,97 руб.	63,97	47,1	53,56	36,86	199,33	163,98	1 535,29	1 175,87	79,64	59,66
	Ср. 31 июля 24			14,60	11,34	10,84	9,10	65,59	49,09	418,34	323,52	3,08	2,38
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	3,87	3,07	2,32	2,02	15,30	10,20	97,54	71,24	0,04	0,04
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	8,21	6,17	6,88	5,71	36,35	27,27	240,19	185,11	2,29	1,72
ТТК-343Н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62
	Второй завтрак			3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
697/04	Молоко кипяченое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
	Обед			33,07	20,40	29,00	14,17	61,33	48,15	638,62	401,60	72,55	54,03
13/2010	Салат из свежих огурцов	50	40	2,58	2,07	3,05	2,44	1,21	0,97	42,58	34,07	4,85	3,88
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/25/10	150/5	7,75	1,37	9,48		10,85		159,73	64,19	23,31	17,01
110/04	Борщ с капустой и картофелем с мясными фрикадельками												
ТТК - 394	"Останкинские" со сметаной	180/5	130/5	21,12	15,34	16,27	8,52	18,85	14,01	306,35	194,04	44,39	33,14
ТТК-268Н	Запеканка картофельная с мясом птицы с маслом	200	150					20,66	15,50	82,64	61,98		
	Компот "Плодово-ягодный" из изюма	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Хлеб белый			13,24	12,30	11,08	10,95	67,35	61,68	422,10	394,52	2,64	1,88
	Уплотненный полдник			1,02	0,68	0,08	0,05	2,91	1,94	16,44	10,96	2,22	1,48
ТТК-2Н	Зеленый горошек порциями	15	10	7,46	7,46	10,26	10,26	31,33	31,33	247,51	247,51	0,32	0,32
208/10	Макароны запеченные с яйцом с маслом	200	150	0,20	0,15	0,05	0,04	5,06	3,79	21,50	16,12	0,10	0,08
ТТК-475	Чай полусладкий	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Хлеб белый	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
	Хлеб "Дарницкий"												
	Итого стоимость питания в день	152,36 руб.	120,97 руб.	62,51	48,91	52,82	45,94	236,62	193,92	1 671,99	1 384,85	49,02	41,53
	Чт. 01 августа 24			15,44	11,65	14,05	12,12	77,24	59,43	497,28	393,48	3,45	2,72
2/04	Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	2,45	1,65	4,52	4,22	21,23	16,13	135,44	109,14	0,10	0,10
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	9,94	7,46	7,01	5,80	40,73	30,56	265,84	204,34	2,18	1,64
ТТК-198Н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
	Второй завтрак			3,02	3,02	2,70	2,70	4,32	4,32	53,68	53,68	0,86	0,86
698/04	Ацидофилин	100	100	3,02	3,02	2,70	2,70	4,32	4,32	53,68	53,68	0,86	0,86
	Обед			16,99	15,03	22,32	20,79	92,84	77,48	640,20	557,16	22,07	17,32
62/11	Салат из моркови с сахаром	50	40	0,78	0,62	0,06	0,05	6,64	5,31	30,20	24,16	3,00	2,40
131/04	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	150/5	2,33	1,78	3,79	3,03	10,20	7,70	84,23	65,17	16,55	12,41
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/30	50/30	5,14	5,14	13,42	13,42	7,45	7,45	171,13	171,13	2,49	2,49
510/04	Каша пшеничная вязкая	130	110	3,68	3,11	4,34	3,67	21,07	17,83	138,07	116,83		
ТТК-257Н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	150	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
	Уплотненный полдник			27,06	19,21	13,75	10,33	62,22	52,69	480,83	380,53	22,64	20,63
ТТК-495Н	Десерт фруктовый Яблоко	130	130	0,52	0,52	0,52	0,52	11,70	11,70	53,56	53,56	13,00	13,00
40/10, соус 351/1С	Пудинг из творога с яблоками с соусом молочным сладким	150/15	100/30	24,65	16,85	12,97	9,56	25,48	19,71	317,22	232,27	6,34	4,36
686/04	Чай с лимоном	200/7	150/7	0,27	0,22	0,06	0,05	15,28	11,52	62,73	47,38	3,30	3,27
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		

	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг	
	Дет.	сад	Белки		Жиры		Углеводы		Дет.	сад	С	С
			Дет.	Ясли	Дет.	Ясли	Дет.	Ясли				
			Дет.	Ясли	Дет.	Ясли	Дет.	Ясли			Дет.	Ясли
			сад		сад		сад				сад	
			273,50	212,95	301,50	235,55	1305,9	1016,3	9294,40	7353,80	253,45	227,95
			54,70	42,59	60,30	47,11	261,18	203,25	1 858,88	1 470,76	50,69	45,59
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:												
В среднем в день:												

Зам. Ген. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

Мартынова
Г.Н. Мартынова

Гатина
А.Р. Гатина

Загидуллина
Л.Р. Загидуллина