

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р. И. Муслина



МБОУ Ч. Я.с. Шамлык
Алиева Т.Р.
Девд

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСК с 09.09.2024г. по 13.09.2024 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, 09 сентября 24															
Завтрак															
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	14,20	10,82	48,4	47,98	12,04	9,86	237,48	201,08	1 599,11	1 388,19	65,82	54,01
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	8,68	6,51	8,42	6,86	29,88	22,42	52,64	38,21	375,71	284,83	3,08	2,32
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	15,30	10,20	97,54	71,24	0,04	0,04
697/04	Молоко кипяченое	100	100	3,06	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	29,88	22,42	230,02	177,48	2,29	1,72
43/04	Салат из свежей капусты	50	40	17,78	16,58	20,95	19,25	65,69	54,86	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56
148/04	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	0,95	0,76	2,55	2,04	5,16	4,13	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
0 Пр. №321 от 07.	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	50/30	8,00	7,46	7,18	6,66	10,85	8,14	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
520/04	Пюре картофельное	130	110	2,86	2,42	4,26	3,60	19,17	16,22	4,20	4,20	94,18	94,18	1,57	1,57
ТТК-265н	Компот "Плодово-ягодный" из красной смородины	200	150	0,12	0,09	0,04	0,03	16,55	12,41	107,01	107,01	226,47	107,01	22,51	19,04
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	9,76	9,76	47,32	47,32	5,13	3,84
337/04	Уплотненный полдник			19,30	17,94	12,35	11,61	114,09	102,95	47,32	47,32	644,72	588,04	0,39	0,37
510/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04	6,44	6,44	67,44	67,44	67,44	67,44		
ТТК-253к	Каша гречневая вязкая	200	150	4,03	3,41	4,12	3,49	21,54	18,23	21,54	18,23	139,36	117,92		
ТТК-458	Чай "Витаминный" полусладкий	75	75	0,76	0,57	0,06	0,04	17,62	13,22	17,62	13,22	74,06	55,54	0,09	0,07
	Ватрушка с повидлом	1/20	1/20	4,43	4,43	2,44	2,44	46,88	46,88	46,88	46,88	227,21	227,21	0,30	0,30
	Хлеб белый	44,6	36,25	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Хлеб "Дарницкий"	120,97 руб.	120,97 руб.	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	18,29	14,86	89,33	72,61		
Итого стоимость питания в день															
3/04	Завтрак	152,36 руб.	120,97 руб.	80,91	65,17	62,1	50,14	224,34	192,33	644,72	588,04	1 779,81	1 481,12	64,15	49,49
161/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	8,33	8,48	11,34	10,58	31,09	34,81	31,09	34,81	259,73	268,34	2,51	2,00
ТТК-198н	Суп молочный с рисом	200	150	1,52	3,12	5,04	5,64	0,07	10,27	0,07	10,27	51,74	104,34	0,04	0,04
698/04	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,76	2,82	3,78	2,84	15,74	11,80	15,74	11,80	111,99	84,00	1,30	0,98
	Второй завтрак	100	100	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
52/11	Простокваша	50	40	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
124/04	Салат из свеклы отварной	200/10	150/5	35,21	27,38	29,73	20,81	103,39	83,64	103,39	83,64	821,89	631,32	48,13	36,16
ТТК-739к	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	75	50	0,91	0,73	3,06	2,45	5,33	4,27	5,33	4,27	52,49	41,99	6,06	4,85
	Котлеты "Татарские"	150/10	75	1,95	1,39	4,57	3,05	8,09	5,96	8,09	5,96	81,28	56,88	36,71	27,34
				12,09	8,06	17,09	11,06	9,30	6,20	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			34,31	26,25	18,39	16,11	85,53	69,55	644,91	528,18	12,67	10,49
ТТК-495Н	Десерт фруктовый Яблоко	120	100	0,48	0,40	0,48	0,40	10,80	9,00	49,44	41,20	12,00	10,00
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	5,76	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.								
	Ср, 11 сентября 24												
	Завтрак												
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	14,60	11,34	10,84	9,10	65,59	49,09	418,34	323,52	69,75	51,36
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	3,87	3,07	2,32	2,02	15,30	10,20	97,54	71,24	0,04	0,04
ТТК-343Н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	8,21	6,17	6,88	5,71	36,35	27,27	240,19	185,11	2,29	1,72
	Второй завтрак												
697/04	Молоко кипяченое	100	100	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62
	Обед												
13/2010	Салат из свежих огурцов	50	40	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
110/2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	150	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
110/2004	Борщ с капустой и картофелем с мясными фрикадельками	200/25/10	150/5	33,83	20,76	29,49	18,77	75,13	57,33	701,18	481,21	62,66	45,73
	"Останкинские" со сметаной			2,58	2,07	3,05	2,44	1,21	0,97	42,58	34,07	4,85	3,88
ТТК - 394	Запеканка картофельная с мясом птицы с маслом	180/5	130/5	7,90	1,37	9,50	3,04	11,95	8,29	164,89	65,96	22,25	16,17
ТТК-268Н	Компот "Плодово-ягодный" из изюма	200	150	21,73	15,70	16,74	13,09	31,55	22,81	363,75	271,88	35,56	25,68
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Уплотненный полдник												
ТТК-2Н	Зеленый горошек порциями	15	10	13,24	12,30	11,08	10,95	67,35	61,68	422,10	394,52	2,64	1,88
208/10	Макароны запеченные с яйцом с маслом	150/5	150/5	1,02	0,68	0,08	0,05	2,91	1,94	16,44	10,96	2,22	1,48
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	7,46	7,46	10,26	10,26	31,33	31,33	247,51	247,51	0,32	0,32
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	0,10	0,08
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
	Итого стоимость питания в день			152,36 руб.	120,97 руб.								
	Чт, 12 сентября 24												
	Завтрак												
2/04	Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	62,52	48,92	52,97	46,05	240,05	196,44	1 687,12	1 395,94	45,19	38,62
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	15,44	11,65	14,05	12,12	77,24	59,43	497,28	393,48	3,45	2,72
ТТК-198Н	Какао с молоком полусладкое	180	150	2,45	1,65	4,52	4,22	21,23	16,13	135,44	109,14	0,10	0,10
	Второй завтрак												
698/04	Ацидофилин	100	100	9,94	7,46	7,01	5,80	40,73	30,56	265,84	204,34	2,18	1,64
	Обед												
62/11	Салат из моркови с сахаром	50	40	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
132/2004	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	150/5	3,02	3,02	2,70	2,70	4,32	4,32	53,68	53,68	0,86	0,86
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/30	50/30	17,00	15,04	22,47	20,90	96,27	80,00	655,33	568,25	18,24	14,41
510/04	Каша пшеничная вязкая	130	110	0,62	0,50	0,05	0,04	5,81	4,65	26,16	20,92	2,40	1,92
ТТК-257Н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	150	2,51	1,92	3,95	3,15	14,50	10,92	103,60	79,70	13,35	10,01
	Хлеб белый	1/20	1/20	5,13	5,13	13,42	13,42	7,41	7,41	170,93	170,93	2,46	2,46
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	3,68	3,11	4,34	3,67	21,07	17,83	138,07	116,83		
	Уплотненный полдник												
ТТК-495Н	Десерт фруктовый Яблоко	130	130	27,06	19,21	13,75	10,33	62,22	52,69	480,83	380,53	22,64	20,63
40/10	Соус 351/1(Пудинг из творога с яблоками с соусом молочным сладким	150/15	100/30	0,52	0,52	0,52	0,52	11,70	11,70	53,56	53,56	13,00	13,00
686/04	Чай с лимоном	200/7	150/7	24,65	16,85	12,97	9,56	25,48	19,71	317,22	232,27	6,34	4,36
	Хлеб белый	1/20	1/20	0,27	0,22	0,06	0,05	15,28	11,52	62,73	47,38	3,30	3,27

152,36 руб. 120,97 руб.

Итого стоимость питания в день
Пт, 13 сентября 24

RecType	assignment	Fact	category	56	50,11	257,69	212,97	1 826,51	1 527,7	66,87	58,12
Fact	Fact	Fact	Fact	Fact	Fact	Fact	Fact	Fact	Fact	Fact	Fact
30/5/5	20/5/5	30/5/5	200/3	180	9,23	2,52	3,06	36,91	1,16	5,69	23,62
200/3	150/3	200/18	1/20	44,6	2,80	1,62	2,94	335,4	3,92	15,67	15,67
180	150	150/18	1/20	44,6	2,80	1,62	2,94	335,4	3,92	15,67	15,67
100	100	1/20	1/20	1/20	1,62	1,62	2,94	335,4	3,92	15,67	15,67
50	40	1 шт	1 шт	1 шт	5,52	5,52	2,94	335,4	3,92	15,67	15,67
200/25	150/25	150/5	150/5	150/5	4,38	4,38	2,94	335,4	3,92	15,67	15,67
50/50	25/25	200/18	150/18	150/18	2,80	1,62	2,94	335,4	3,92	15,67	15,67
130	110	1/20	1/20	1/20	1,62	1,62	2,94	335,4	3,92	15,67	15,67
200	150	1/20	1/20	1/20	1,62	1,62	2,94	335,4	3,92	15,67	15,67
1/20	1/20	1/20	1/20	1/20	1,62	1,62	2,94	335,4	3,92	15,67	15,67
Уплотненный полдник											
Яйцо вареное											
Картофельное пюре запеченное с маслом											
Сок фруктовый с печеньем сахарным в ассортименте											
Хлеб белый											
Хлеб "Дарницкий"											
335,4	266,13	273,1	231,12	1 172,7	975,98	8 490,4	7 048,43	311,78	251,6		

Итого стоимость питания в день

Fact	Fact	Fact	Fact	Fact	Fact	Fact	Fact	Fact	Fact	Fact	Fact
------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

Fact
Fact
Fact
Fact

