

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р. И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

(№ДОУ)

(ФИО руководителя)

(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 09.12.2024г. по 13.12.2024 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	С		
Пн, 09 декабря 24													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	71,89	65,93	53,02	47,86	239,42	198,8	1 722,52	1 489,67	39,17	29,86
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	11,95	9,14	9,92	8,26	50,97	36,97	340,96	258,77	5,19	3,90
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	8,98	6,51	8,42	6,86	29,88	22,42	230,02	177,48	0,04	0,04
697/04	Молоко кипяченое	100	100	0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17	2,55	1,91
Второй завтрак													
ТТК-1025	Салат "Радужный"	50	40	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
134/04	Сул.крестьянский с крупой со сметаной	200/5	150	32,50	30,31	19,51	16,42	83,51	62,19	639,72	517,82	31,30	23,47
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	1,28	1,02	2,59	2,07	5,59	4,48	50,84	40,67	5,01	4,00
ТТК-257Н	Напиток "Флодово-ягодный" из сухофруктов	200	150	1,75	1,34	5,01	3,95	8,72	6,58	86,96	67,22	23,22	17,42
	Хлеб белый	1/20	1/20	27,35	25,96	11,69	10,18	40,01	26,80	374,68	302,67	3,04	2,03
337/04	Уплотненный полдник	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	0,03	0,02
334/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	24,38	23,42	20,95	20,54	99,88	94,58	685,61	656,85	1,31	1,12
ТТК-437	Макаронны запеченные с сыром с маслом	145/3	145/3	5,52	5,52	5,04	5,04	5,04	5,04	67,44	67,44	0,09	0,09
733/04	Чай полусладкий с молоком	200	150	8,75	8,75	10,12	10,12	36,41	36,41	271,76	271,76	0,75	0,56
	Оладьи с повидлом	50/10	50/10	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,47	0,47
	Хлеб белый	1/20	1/20	3,90	3,90	3,80	3,80	27,96	27,96	161,61	161,61	0,47	0,47
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	0,03	0,02
Итого стоимость питания в день													
		152,36 руб. 120,97 руб.		47,25	35,72	52,2	42,44	242,47	199,24	1 628,62	1 321,71	66,63	54,91
Вт, 10 декабря 24													
Завтрак													
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	14,40	10,85	16,07	13,82	72,53	54,35	492,37	385,15	2,88	2,22
302/04	Каша молочная яичневая с маслом	200/3	150/3	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71	2,13	1,60
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	9,23	6,93	6,85	5,68	42,85	32,15	269,98	207,45	0,75	0,62
698/04	Второй завтрак	100	100	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,72	0,72
	Кефир	100	100	3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	0,72	0,72
ТТК-66	Салат "Солнышко"	50	40	20,20	12,99	23,10	16,22	90,04	71,33	648,76	483,23	48,71	38,37
110/2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	0,49	0,39	5,09	4,07	6,56	5,25	73,94	59,15	3,08	2,46
ТТК-1026	Блюшки рыбные "Морячка"	75	50	1,79	1,37	3,80	3,04	11,40	8,29	86,94	65,96	21,59	16,17
520/04	Пюре картофельное	130	110	9,99	4,42	9,18	4,85	5,48	2,42	144,53	71,01	1,38	0,59
ТТК-258к	Напиток "Флодово-ягодный" из урюка	200	150	2,86	2,42	4,26	3,60	19,17	16,22	126,47	107,01	22,51	19,04
				0,51	0,38	0,08	0,06	19,38	14,53	80,23	60,17	0,15	0,11

Завтрак		30/5	20/5	12,79	9,66	13,92	12,04	67,00	50,28	444,49	348,04	3,46	2,70
1/04	Бутерброд с маслом	200/3	150/3	7,29	5,47	6,88	5,71	36,35	27,27	236,49	182,33	2,29	1,72
311/04	Каша молочная рисовая жидкая с маслом	180	150	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
697/04	Второй завтрак			35,38	26,42	17,22	13,24	100,49	76,51	698,46	530,91	18,09	14,14
	Молоко кипяченое			0,62	0,50	0,05	0,04	5,81	4,65	26,16	20,92	2,40	1,92
62/11	Обед	50	40	10,56	9,41	7,00	6,53	15,88	11,99	168,80	144,41	9,93	7,63
139/04	Салат из моркови с сахаром	200/15	150/15	21,68	14,14	9,97	6,47	50,86	34,96	379,86	254,66	1,44	0,99
ТТК-247к	Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы	40/160	25/110	0,01	0,01	0,01	0,01	16,66	12,50	66,73	50,05	0,20	0,15
ТТК-503	Гречка с говядиной "Батыр"	200	150	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Напиток "Фруктово-ягодный" ассорти	1/20	1/20	33,82	23,95	15,05	11,95	93,37	75,53	644,26	505,49	14,13	13,84
	Хлеб белый			0,40	0,40	0,40	0,40	9,00	9,00	41,20	41,20	10,00	10,00
ТТК-495н	Уплотненный полдник	100	100	28,59	19,32	13,90	10,90	41,04	30,39	403,68	296,98	0,83	0,57
ТТК-341	Десерт фруктовый Яблоко	150/15	100/30	0,27	0,22	0,06	0,05	15,28	11,52	62,73	47,38	3,30	3,27
686/04	Запеканка "Сладкоежка" с соусом сметанным "Сластена"	200/7	150/7	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Чай с лимоном	1/20	1/20	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
	Хлеб белый	44,6	36,25										
	Хлеб "Дарницкий"	152,36 руб.	120,97 руб.	345,26	272,51	271,21	227,11	1 179,1	955,64	8 538,55	6 956,45	390,28	316,13
	Итого												

Итого стоимость питания в день

Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал.			Витамины, мг					
	Дет.	Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Дет.	Ясли	Дет.	Ясли	С	С	
	Дет.	Ясли	Дет.	Ясли	Дет.	Ясли	Дет.	Ясли	Дет.	Ясли	С	С
	сад	сад	сад	сад	сад	сад	сад	сад	сад	сад	С	С
	246,85	191,90	271,55	210,70	1175,9	916,85	8101,80	6303,21	225,30	201,15		
	49,37	38,38	54,31	42,14	235,17	183,37	1 620,36	1 260,64	45,06	40,23		

ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:
В среднем в день:

Зам. Ген. директора по производству и качеству
Экономист по ценам
Ведущий инженер-технолог по производству

Г.Н. Мартынова
А.Р. Галина
Л.Р. Засадкина