

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р. И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

завхоз, Детский сад "Школьное"

(НеДОУ)

Давбаева Т.Ф.

(ФИО руководителя)

(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 11.11.2024г. по 15.11.2024 г.

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г.				Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг	
		Дет. сад	Ясли	Ясли	Ясли	Белки		Жиры		Углеводы		Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли
						Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли				
Пн, 11 ноября 24															
Завтрак															
3/04	Бутерброд с сыром					11,95	9,14	54,47	47,86	239,45	198,8	1735,77	1489,67	39,17	29,86
ТТК-360Н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	30/5	20/5			3,87	3,07	2,32	2,02	15,30	10,20	340,96	258,77	5,19	3,90
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200/3	150/3			7,92	5,95	7,55	6,21	29,88	22,42	97,54	71,24	0,04	0,04
	Второй завтрак	200	150			0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	219,19	169,36	2,60	1,95
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					32,50	30,31	19,51	16,42	83,51	62,19	639,72	517,82	31,30	23,47
ТТК-1025	Салат "Радужный"	50	40			1,28	1,02	2,59	2,07	5,59	4,48	50,84	40,67	5,01	4,00
134/04	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200/5	155			1,75	1,34	5,01	3,95	8,72	6,58	86,96	67,22	23,22	17,42
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100			27,35	25,96	11,69	10,18	40,01	26,80	374,68	302,67	3,04	2,03
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-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		
	Уплотненный полдник					24,40	23,42	22,40	20,54	99,91	94,58	698,86	656,85	1,31	1,12
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт			5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
334/04	Макаронные запеченные с сыром с маслом	145/5	145/3			8,77	8,75	11,57	10,12	36,44	36,41	285,01	271,76	0,09	0,09
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
733/04	Оладьи с повидлом	50/10	50/10			3,90	3,90	3,80	3,80	27,96	27,96	161,61	161,61	0,47	0,47
	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		
	Итого стоимость питания в день	152,36 руб.	120,97 руб.			47,38	35,72	52,95	42,44	242,65	199,24	1636,61	1321,71	66,65	54,91
Вт, 12 ноября 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 ячневая с маслом	200/3	150/3			2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71		
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150			2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	269,98	207,45	2,13	1,60
698/04	Кефир	100	100			3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	0,75	0,62
	Второй завтрак					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			20,33	12,99	23,85	16,22	90,22	71,33	656,75	483,23	48,73	38,37
110/2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	150/5			0,49	0,39	5,09	4,07	6,56	5,25	73,94	59,15	3,08	2,46
ТТК-1026	Биточки рыбные "Морячка"	75	50			1,92	1,37	4,55	3,04	11,58	8,29	94,93	65,96	21,61	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 "Фруктово-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

	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61	
	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-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	100	9,65	8,88	10,44	9,81	75,76	69,42	435,64	401,48	14,32
510/04	Каша гречневая вязкая	130	110	0,40	0,40	0,40	0,40	9,00	9,00	41,20	41,20	10,00
707/04	Сох фруктовый с печеньем сахарным в ассортименте	180/18	150/18	4,03	3,41	4,12	3,49	21,54	18,23	139,36	117,92	
	Хлеб белый	1/20	1/20	3,60	3,45	5,72	5,72	35,46	32,43	207,76	195,04	4,32
	152,36 руб. 120,97 руб.			1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	3,60
	Итого стоимость питания в день											
	Ср, 13 ноября 24											
	Завтрак											
2/04	Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	15,00	11,32	14,73	12,63	77,20	59,40	501,48	396,63	173,58
302/04	Каша молочная пшенная с маслом	200/3	150/3	2,45	1,65	4,22	4,22	21,23	16,13	135,44	109,14	3,45
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	9,50	7,13	7,69	6,31	40,69	30,53	270,04	207,49	0,10
	Второй завтрак											
697/04	Молоко кипяченое	100	100	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	2,18
	Обед											
ТТК-359н	Винегрет из овощей	50	40	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,17
148/04	Суп лапша домашняя с мясными фрикадельками	200/25	150/25	35,76	25,47	18,71	15,82	51,62	42,08	517,88	412,58	1,37
	"Останкинские"	100	100	1,00	0,80	3,55	2,84	3,98	3,19	51,87	41,49	1,37
ТТК - 416к	Капуста тушеная с мякотью птицы	50/150	30/120	6,48	6,36	8,21	7,76	2,56	2,02	110,05	103,34	156,97
ТТК-272н	Кисель из концентрата полусладкий	200	150	26,56	16,62	6,75	5,02	13,84	11,00	222,34	155,70	8,89
	Хлеб белый	1/20	1/20	0,10	0,07	0,20	0,20	21,48	16,11	86,30	64,73	1,95
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	100	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	0,96
240/10	Пудинг из творога с яблоками с соусом сметанным "Сластена"	150/30	100/30	36,58	25,74	13,55	10,66	78,40	63,81	581,94	454,13	11,79
	Чай полусладкий	200	150	0,44	0,40	0,44	0,40	9,90	9,00	45,32	41,20	10,56
ТТК-475	Хлеб белый	1/20	1/20	24,75	16,63	14,73	10,63	27,98	20,17	343,50	242,93	11,00
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61	6,27
	152,36 руб. 120,97 руб.			1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	4,19
	Итого стоимость питания в день											
	Чт, 14 ноября 24											
	Завтрак											
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	54,02	44,26	66,19	54,2	212,91	174,69	1 663,38	1 363,51	78,9
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	14,80	11,51	13,90	11,64	65,96	49,40	448,12	348,34	3,08
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	3,87	3,07	2,32	2,02	15,30	10,20	97,54	71,24	0,04
	Второй завтрак											
698/04	Простокваша	100	100	8,21	6,17	6,88	5,71	36,35	27,27	240,19	185,11	2,29
	Обед											
52/11	Салат из свежлы отварной	75	50	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	130	110	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84
ТТК-650	Котлеты "Челнинские"	200/10	150/5	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84
216/04	Картофель тушеный	75	50	22,55	16,75	33,49	24,35	88,67	71,52	746,23	572,24	0,84
ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	130	110	0,91	0,73	3,06	2,45	5,33	4,27	52,49	41,99	0,84
	Хлеб белый	200	150	1,95	1,39	4,57	3,05	8,09	5,96	81,28	56,88	0,84
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	12,09	8,06	17,09	11,42	9,30	6,20	239,33	159,79	0,84
	Уплотненный полдник											
340/04	Омлет натуральный	53	53	2,92	2,47	8,04	6,80	21,35	18,06	169,42	143,36	0,56
510/04	Каша пшеничная вязкая	130	110	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,37
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/18	150/18	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	26,23
	Хлеб белый	1/20	1/20	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61	0,03
	152,36 руб. 120,97 руб.			13,61	12,94	16,16	15,57	53,95	49,44	415,75	389,65	0,29
	Итого стоимость питания в день											
	Пт, 15 ноября 24											
	85,25	63,25	48,88	39,92	267,65	208,94	1 851,6	1 448,03	38,65	33,53		