

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р. И. Мусина



"СОГЛАСОВАНО"
(подпись)

(ФИО руководителя)

(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСК с 12.08.2024г. по 16.08.2024 г.

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг		
		Дет.	Ясли	Белки		Жиры		Углеводы		Дет.	Ясли	Дет.	Ясли	
				Дет.	Ясли	Дет.	Ясли	Дет.	Ясли					
Пн, 12 августа 24														
Завтрак														
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	14,20	10,82	48,62	47,72	43,15	232,8	197,09	1 579,23	1 371,23	81,09	66,91
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом			3,87	3,07	2,32	2,02	2,02	15,30	10,20	375,71	284,83	3,08	2,32
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200/3	150/3	8,68	6,51	8,42	6,86	29,88	22,42	230,02	177,48	71,24	0,04	0,04
Второй завтрак														
697/04	Молоко кипяченое	100	100	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,06	48,15	36,11	0,75	0,56	
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	29,89	23,91	
148/04	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	8,06	7,50	7,18	6,67	11,17	8,38	141,55	123,51	2,22	1,85	
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	50/30	4,24	4,24	6,72	6,72	4,25	4,25	94,43	94,43	1,61	1,61	
520/04	Пюре картофельное	130	110	3,05	2,58	4,00	3,38	14,04	11,88	104,38	88,32	37,40	31,64	
ТТК-265н	Компот "Фруктово-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	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32			
Уплотненный полдник														
337/04	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	
510/04	Каша гречневая вязкая	130	110	5,52	5,52	5,04	5,04	21,54	18,23	67,44	67,44			
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	4,03	3,41	4,12	3,49	17,62	13,22	139,36	117,92			
ТТК-458	Ватрушка с повидлом	75	75	0,76	0,57	0,06	0,04	46,88	46,88	227,21	227,21	0,09	0,07	
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	0,30	0,30	
	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.		81,01	65,25	62,05	50,11	223,54	191,75	1 776,58	1 478,79	67,66	52,31	
Вт, 13 августа 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	3,76	2,82	3,78	2,84	15,74	11,80	111,99	84,00	0,04	0,04	
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,30	0,98	
Второй завтрак														
698/04	Простокваша	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84	
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	2,05	1,47	4,52	3,02	7,29	5,38	78,05	54,55	40,22	30,16	
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			

