

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 15.07.2024г. по 19.07.2024 г.



№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г.				Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг			
		Ясли		Ясли		Белки		Жиры		Углеводы		Дет. сад		Ясли		Дет. сад	Ясли
		Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли				
Пн, 15 июля 24																	
Завтрак																	
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	54,62	48,62	14,20	10,82	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	200/3	150/3	3,87	3,07	3,87	3,07	2,32	2,02	15,30	10,20	375,71	284,83	3,08	2,32		
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	8,68	6,51	1,65	1,24	8,42	6,86	29,88	22,42	230,02	177,48	0,04	0,04		
Второй завтрак																	
697/04	Молоко кипяченое	100	100	3,06	3,06	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37		
Обед																	
ТТК-513н	Салат "Свежесть"	50	40	1,13	0,90	1,13	0,90	2,56	2,05	5,43	4,35	49,27	39,42	76,25	62,85		
148/04	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	8,06	7,50	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	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	3,05	2,58	4,00	3,38	14,04	11,88	104,38	88,32	37,40	31,64		
ТТК-265н	Компот "Плодово-ягодный" из красной смородины	200	150	0,12	0,09	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	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	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	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44				
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	4,03	3,41	4,03	3,41	4,12	3,49	21,54	18,23	139,36	117,92				
ТТК-458	Ватрушка с повидлом	75	75	0,76	0,57	0,76	0,57	0,06	0,04	17,62	13,22	74,06	55,54	0,09	0,07		
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	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	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	81,01	65,25	62,05	50,11	223,54	191,75	1 776,58	1 478,79	67,66	52,31		
Вт, 16 июля 24																	
Завтрак																	
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	8,33	8,48	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	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	3,76	2,82	3,78	2,84	15,74	11,80	111,99	84,00	1,30	0,98		
Второй завтрак																	
698/04	Простокваша	100	100	3,06	3,06	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	1,17	0,98		
Обед																	
52/11	Салат из свеклы отварной	50	40	35,31	27,46	35,31	27,46	29,68	20,78	102,59	83,06	818,66	628,99	51,64	38,98		
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/5	0,91	0,73	0,91	0,73	3,06	2,45	5,33	4,27	52,49	41,99	6,06	4,85		
ТТК-739к	Котлеты "Татарские"	75	50	2,05	1,47	2,05	1,47	4,52	3,02	7,29	5,38	78,05	54,55	40,22	30,16		
				12,09	8,06	12,09	8,06	17,09	11,06	9,30	6,20	239,33	156,55	0,56	0,37		

ТТК-302Н	Галушки "Снежок"	120	0,48	0,40	10,80	9,00	49,44	41,20	12,00	10,00
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200	30,93	23,00	52,39	39,48	442,54	339,42	0,57	0,42
	Хлеб белый	200/18	2,90	2,85	22,34	21,07	152,93	147,56	0,10	0,07
		1/20								
	Итого стоимость питания в день	152,36 руб.	65,12	45,73	204,85	167,58	1 562,75	1 222,09	95,36	69,98
	Ср, 17 июля 24		14,60	11,34	65,59	49,09	418,34	323,52	3,08	2,38
	Завтрак		3,87	3,07	15,30	10,20	97,54	71,24	0,04	0,04
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	8,21	6,17	36,35	27,27	240,19	185,11	2,29	1,72
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	2,52	2,10	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62
ТТК-343Н	Кофейный напиток полусладкий	180	3,06	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
697/04	Молоко кипяченое	100	3,06	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
13/2010	Салат из свежих огурцов	100	34,22	19,03	66,85	51,75	666,08	447,82	88,27	64,35
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	50	2,58	2,07	1,21	0,97	42,58	34,07	4,85	3,88
110/04	Борщ с капустой и картофелем с мясными фрикадельками	150/5	7,84	1,44	11,33	8,27	162,08	65,96	24,66	18,02
	"Останкинские" со сметаной	200/25/10								
ТТК - 394	Запеканка картофельная с мясом птицы с маслом	180/5	22,18	13,90	23,89	17,25	331,46	238,49	58,76	42,45
ТТК-268Н	Запеканка картофельная с мясом птицы с маслом	200	1,62	1,62	0,20	0,20	82,64	61,98		
	Компот "Флодово-ягодный" из изюма	1/20	13,24	12,30	67,35	61,68	422,10	47,32		
	Хлеб белый	15	1,02	0,68	2,91	1,94	16,44	10,96	2,64	1,88
ТТК-2Н	Уплотненный полдник	150/5	7,46	7,46	31,33	31,33	247,51	247,51	2,22	1,48
208/10	Зеленый горошек порциями	200	0,20	0,15	0,04	0,04	21,50	16,12	0,32	0,32
ТТК-475	Макароны запеченные с яйцом с маслом	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	47,32	47,32	0,10	0,08
	Чай полусладкий	44,6	2,94	2,39	0,49	14,86	89,33	72,61		
	Хлеб белый	36,25								
	Хлеб "Дарницкий"	152,36 руб.	62,84	49,16	238,41	195,26	1 680,7	1 391,39	54,08	45,33
	Итого стоимость питания в день	120,97 руб.	15,44	11,65	77,24	59,43	497,28	393,48	3,45	2,72
	Чт, 18 июля 24		2,45	1,65	21,23	16,13	135,44	109,14	0,10	0,10
	Завтрак		9,94	7,46	40,73	30,56	265,84	204,34	2,18	1,64
2/04	Бутерброд с повидлом	30/10/5	3,05	2,54	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	3,02	3,02	4,32	4,32	53,68	53,68	0,86	0,86
ТТК-198Н	Какао с молоком полусладкое	180	17,32	15,28	94,63	78,82	648,91	563,70	27,13	21,12
698/04	Второй завтрак	100	0,98	0,79	3,57	2,86	63,69	50,95	24,55	19,64
	Ацидофилин	40	2,66	2,03	3,05	11,98	92,90	71,67	21,60	16,20
ТТК-514Н	Салат из белокочанной капусты со свеклой	50/30	5,14	5,14	13,42	7,46	171,17	171,17	2,50	2,50
132/04	Рассольник ленинградский со сметаной	130	3,68	3,11	4,34	3,67	138,07	116,83	0,03	0,02
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	200	0,50	0,37	0,02	0,02	79,92	59,94		
510/04	Каша пшеничная вязкая	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	47,32	47,32		
ТТК-257Н	Напиток "Флодово-ягодный" из сухофруктов	44,6	3,94	2,39	0,49	14,86	89,33	72,61		
	Хлеб белый	36,25	0,06	0,06	0,05	0,05	62,73	47,38	3,30	3,27
	Хлеб "Дарницкий"	130	0,06	0,06	0,05	0,05	62,73	47,38	3,30	3,27
ТТК-495Н	Уплотненный полдник	100	19,21	13,75	62,22	52,69	480,83	380,53	22,64	20,63
40/10	Десерт фруктовый Яблоко	130	0,52	0,52	11,70	11,70	53,56	53,56	13,90	13,00
соус 35/1/1	Пудинг из "Ворота" с яблоками с соусом молочным сладким	100/30	1,65	1,65	25,48	19,71	317,22	232,27	6,34	4,36
586/04	Чай с лимонном	200/7	0,27	0,22	0,06	0,06	62,73	47,38	3,30	3,27

Дет. сад	Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Дет. сад	Ясли	С	С	С	Мг
543,90	420,70	603,50	471,90	2614,6	2031,1	18676,10	14094,50	502,20	451,00	
54,39	42,07	60,35	47,19	261,46	203,11	1 867,61	1 409,45	50,22	45,10	

ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:
В среднем в день:

Зам. Ген. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

[Handwritten signature]
 Г. Н. Мартынова

[Handwritten signature]
 А. Р. Галина

[Handwritten signature]
 Л. Р. Загидуллина