

"УТВЕРЖДАЮ"  
 Генеральный директор  
 ООО "Школьное питание"  
 Р. И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"  
 (НеДОУ)  
 (ФИО руководителя)  
 (подпись)

**ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 16.12.2024г. по 20.12.2024 г.**

№ НД	Принем 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.	Ясли		
<b>Пн, 16 декабря 24</b>														
<b>Завтрак</b>														
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	14,20	10,82	48,42	47,96	43,34	245,36	206,99	1 630,49	1 411,73	67,08	54,96
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	3,87	3,07	12,04	12,04	9,86	52,64	38,21	375,71	284,83	3,08	2,32
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	8,68	6,51	8,42	8,42	6,86	29,88	22,42	230,02	177,48	2,29	1,72
697/04	<b>Второй завтрак</b> Молоко кипяченое	100	100	3,06	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	48,15	36,11	0,75	0,56
20/2010	<b>Обед</b> Салат из белокочанной капусты	50	40	17,80	16,60	20,93	19,23	73,57	60,77	553,83	482,63	62,24	50,90	
148/04	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	8,00	7,46	7,18	6,66	10,85	8,14	140,01	122,36	1,93	1,63	
520/04	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	50/30	4,23	4,23	6,72	6,72	4,20	4,20	94,18	94,18	1,57	1,57	
ТТК-950	Пюре картофельное	130	110	2,86	2,42	4,26	3,60	19,17	16,22	126,47	107,01	22,51	19,04	
	Напиток "Лимонный"	200	150	0,14	0,11	0,02	0,01	24,43	18,32	98,45	73,84	6,40	4,80	
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	0,39	0,37	
337/04	<b>Уплотненный полдник</b> Яйцо вареное	1 шт	1 шт	19,30	17,94	12,35	11,61	114,09	102,95	644,72	568,04	0,39	0,37	
510/04	Каша гречневая вязкая	130	110	5,52	5,52	5,04	5,04	21,54	18,23	139,36	117,92	0,09	0,07	
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	0,76	0,57	0,06	0,04	17,62	13,22	74,06	55,54	0,30	0,30	
ТТК-458	Ватрушка с повидлом	75	75	4,43	4,43	2,44	2,44	46,88	46,88	227,21	227,21	0,30	0,30	
	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	0,30	0,30	
	<b>Итого стоимость питания в день</b>	152,36 руб.	120,97 руб.	77,67	65,09	56,78	48,44	220,89	192,97	1 705,15	1 468,07	61,59	49,12	
<b>Вт, 17 декабря 24</b>														
<b>Завтрак</b>														
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	269,73	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	1,30	0,98	
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98	
698/04	<b>Второй завтрак</b> Простокваша	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84	
52/11	<b>Обед</b> Салат из свежлы отварной	50	40	32,05	27,30	24,49	19,11	101,74	84,28	755,47	618,27	47,57	35,79	
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/5	0,91	0,73	3,06	2,45	5,33	4,27	52,49	41,99	6,06	4,85	
ТТК-101н	Котлеты "Любимые"	75	50	1,95	1,39	4,57	3,05	8,09	5,96	81,28	56,88	36,71	27,34	

ТТК-446 707/04	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
	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		
	<b>Уплотненный полдник</b>												
ТТК-495Н	Десерт фруктовый Яблоко	100	100	34,23	26,25	18,31	16,11	83,73	59,55	636,67	528,18	10,67	10,49
ТТК-302Н	Галушки "Снежок"	200	150	0,40	0,40	0,40	0,40	9,00	9,00	41,20	41,20	10,00	10,00
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/18	150/18	30,93	23,00	12,14	9,95	52,39	39,48	442,54	339,42	0,57	0,42
	Хлеб белый	1/20	1/20	2,90	2,85	5,77	5,76	22,34	21,07	152,93	147,56	0,10	0,07

**Итого стоимость питания в день**  
**Ср, 18 декабря 24**

3/04	Бутерброд с сыром	62,6	45,85	47,4	36,16	217,49	176,78	1546,95	1215,84	67,28	49,4		
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	14,60	11,34	10,84	9,10	65,59	49,09	418,34	323,52	3,08	2,38		
ТТК-343Н	Кофейный напиток полусладкий	200/3	150/3	8,21	6,17	6,88	5,71	36,35	27,27	97,54	71,24	0,04	0,04
	<b>Второй завтрак</b>												
697/04	Молоко кипяченое	180	150	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	2,29	1,72
	<b>Обед</b>												
62/11	Салат из моркови с сахаром	100	100	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	50	40	31,72	19,17	24,29	14,92	79,52	60,98	663,53	454,82	60,19	43,77
110/2004	Борщ с капустой и картофелем с мясными приквядельками	150/5	150/5	0,62	0,50	0,05	0,04	5,81	4,65	26,16	20,92	2,40	1,92
ТТК-394	"Останкинские" со сметаной	200/25/5		7,77	8,75		3,04	11,77		65,96		22,23	16,17
ТТК-268Н	Запеканка картофельная с мясом птицы с маслом	180/3	130/3	21,71	15,68	15,29	11,64	31,52	22,78	350,51	258,64	35,56	25,68
	Компот "Плодово-ягодный" из изюма	200	150	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Хлеб белый	1/20	1/20	13,22	12,28	9,63	9,50	67,32	61,65	408,85	381,27	2,64	1,88
ТТК-2Н	<b>Уплотненный полдник</b>												
208/10	Зеленый горошек порциями	15	10	1,02	0,68	0,08	0,05	2,91	1,94	16,44	10,96	2,22	1,48
ТТК-475	Макароны запеченные с яйцом с маслом	150/3	150/3	7,44	7,44	8,81	8,81	31,30	31,30	234,26	234,26	0,32	0,32
	Чай полусладкий	200	150	0,20	0,15	0,05	0,04	5,06	3,79	21,50	16,12	0,10	0,08
	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**  
**Чт, 19 декабря 24**

2/04	Бутерброд с повидлом	63,15	49,39	55,4	47,97	237,54	193,89	1701,43	1404,93	45,88	38,57		
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	15,44	11,65	14,05	12,12	77,24	59,43	497,26	393,48	3,45	2,72		
ТТК-198Н	Какао с молоком полусладкое	200/3	150/3	9,94	7,46	7,01	5,80	40,73	30,56	265,84	204,34	2,18	1,64
	<b>Второй завтрак</b>												
698/04	Ацидофилин	180	150	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
	<b>Обед</b>												
ТТК-996	Салат "Бобовое зернышко"	100	100	3,02	3,02	2,70	2,70	4,32	4,32	53,68	53,68	0,86	0,86
132/2004	Расольник ленинградский со сметаной	50	40	17,75	15,63	25,02	22,94	96,46	80,15	682,00	589,60	21,93	17,36
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	200/5	150/5	1,37	1,09	2,60	2,08	6,00	4,80	52,83	42,27	6,09	4,87
510/04	Каша пшеничная вязкая	50/30	50/30	2,51	1,92	3,95	3,15	14,50	10,92	103,60	79,70	13,35	10,01
ТТК-257Н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	130	110	5,13	5,13	13,42	13,42	7,41	7,41	170,93	170,93	2,46	2,46
	Хлеб белый	200	150	3,68	3,11	4,34	3,67	21,07	17,83	138,07	116,83		
	Хлеб "Дарницкий"	1/20	1/20	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
	<b>Уплотненный полдник</b>												
ТТК-495Н	Десерт фруктовый Яблоко	26,94	19,09	13,63	10,21	59,52	49,99	468,47	368,17	19,64	17,63		
40/10, соус 351/1(	Пудинг из творога с яблоками с соусом молочным сладким	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,00	9,00	41,20	41,20	10,00	10,00
686/04	Чай с лимонном	150/15	100/30	24,65	16,85	12,97	9,56	25,48	19,71	317,22	232,27	6,34	4,36
	Хлеб белый	200/7	150/7	0,27	0,22	0,06	0,05	15,28	11,52	62,73	47,38	3,30	3,27
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		

**Итого стоимость питания в день**  
**Пт, 20 декабря 24**

152,36 руб. 120,97 руб.

Код	Наименование	Ед. изм.	Завтрак		Обед		Второй завтрак		Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг	
			Дет.	Ясли	Дет.	Ясли	Дет.	Ясли		С	С
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	15,62	10,81	44,55	251,25	208,22	1749,33	1458,41	70,76	61,44
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	3,87	2,32	9,07	72,09	53,97	448,13	345,86	2,92	2,26
ТТК-343Н	Кофейный напиток полусладкий	180	9,23	6,85	5,68	42,85	32,15	269,98	207,45	0,04	0,04
697/04	Молоко кипяченое	100	2,52	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	2,13	1,60
	Салат "Капуста квашеная"	50	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
ТТК№357Н	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	36,96	23,62	15,63	84,73	68,30	627,37	473,04	34,63	26,37
133/04	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	0,88	0,70	2,51	4,26	3,40	43,11	34,49	14,00	11,20
ТТК-63к	Макаронные изделия отварные	130	5,69	5,18	4,47	3,93	15,98	126,85	104,04	19,28	14,46
516/04	Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка	200	23,62	11,81	4,59	2,30	3,68	150,56	75,30	1,20	0,60
ТТК-258к	Хлеб белый	1/20	4,64	3,93	3,78	3,20	31,67	179,30	151,72	0,15	0,11
	Уплотненный полдник		1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	47,32	47,32	31,84	31,44
337/04	Яйцо вареное	1 шт	17,24	17,34	21,23	89,37	80,89	617,60	583,28	67,44	67,44
261/2004	Картофельное пюре запеченное с маслом	150/3	5,52	5,04	5,04	23,84	23,84	200,87	200,87	27,84	27,84
707/04	Сок фруктовый с пекеньем сахарным в ассортименте	200/18	4,36	4,36	9,78	37,48	32,43	212,64	195,04	4,00	3,60
	Хлеб белый	1/20	2,80	3,45	5,72	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	1,62	1,62	0,20	0,20	18,29	89,33	72,61		
	<b>Итого</b>		330,66	264,87	257,85	220,46	1172,5	8333,35	6958,98	312,59	263,49

**Итого стоимость питания в день**

152,36 руб. 120,97 руб.

Код	Наименование	Ед. изм.	Пищевые вещества, г		Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг			
			Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	С	С		
	Масса порции, г		Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли		
			49,13	38,49	54,57	42,09	235,51	183,77	1620,28	1260,51
			245,65	192,45	272,85	210,45	1177,6	918,85	8101,40	6302,55
			48,13	38,49	54,57	42,09	235,51	183,77	1620,28	1260,51
	<b>Итого за неделю:</b>									
	<b>В среднем в день:</b>									

Г.Н. Мартынова  
А.Р. Галина  
И.Р. Захарович

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