

"УТВЕРЖДАЮ"  
Генеральный директор

"СОГЛАСОВАНО"  
МБОУ "Детский сад Матюк"  
(№ДОУ)  
Амбасва Т.Р.  
(ФИО руководителя)  
Амбасва  
(подпись)



ООО "Школьное питание"  
Р. И. Мусина

**ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК С 19.08.2024г. по 23.08.2024 г.**

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.				Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг			
		Дет. сад	Ясли	Белки		Жиры		Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли		
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли						
<b>Пн, 19 августа 24</b>													
<b>Завтрак</b>													
3/04	Бутерброд с сыром			71,95	65,97	54,43	47,82	238,61	198,15	1 732,24	1 486,87	40,81	31,06
ТТК-360Н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	30/5	20/5	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	200/3	150/3	3,87	3,07	2,32	2,02	15,30	10,20	97,54	71,24	0,04	0,04
	<b>Второй завтрак</b>	200	150	7,92	5,95	7,55	6,21	29,88	22,42	219,19	169,36	2,60	1,95
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
	<b>Обед</b>			3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
ТТК-1025	Салат "Радужный"	50	40	3,06	3,06	19,47	16,38	82,67	61,54	636,19	515,02	32,94	24,67
134/04	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200/5	150/5	1,28	1,02	2,59	2,07	5,59	4,48	50,84	40,67	5,01	4,00
ТТК - 417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	1,72	1,33	4,96	3,91	7,50	5,67	81,58	63,18	24,50	18,38
ТТК - 417	Плов "Золотой петушок"			27,42	26,01	11,70	10,18	40,39	27,06	376,53	303,91	3,40	2,27
ТТК-257Н	Напиток "Плодово-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
	<b>Уплотненный полдник</b>	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	1,31	1,12
337/04	Хлеб белый	24,40	23,42	22,40	20,54	5,04	5,04	99,91	94,58	698,86	656,85	1,31	1,12
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	0,49	0,40	18,29	14,86	67,44	67,44	0,09	0,09
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
	<b>Итого стоимость питания в день</b>	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	0,47	0,47
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
	<b>Итого стоимость питания в день</b>	152,36 руб.	120,97 руб.	47,06	35,45	52,6	42,15	233,92	192,21	1 597,38	1 290,03	73,7	60,79
<b>Вт, 20 августа 24</b>													
<b>Завтрак</b>													
1/04	Бутерброд с маслом			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	30/5	20/5	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71		
ТТК-343Н	Кофейный напиток полусладкий	200/3	150/3	9,23	6,93	6,85	5,68	42,85	32,15	269,98	207,45	2,13	1,60
	<b>Второй завтрак</b>	180	150	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62
698/04	Кефир	100	100	3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	0,72	0,72
	<b>Обед</b>			3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	0,72	0,72
ТТК-66	Салат "Солнышко"	20,01	12,72	23,50	15,93	81,49	64,30	617,52	451,55	451,55	451,55	55,78	44,25
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	50	40	0,59	0,47	5,09	4,07	7,13	5,70	76,72	61,38	3,49	2,79
ТТК-1026	Биточки рыбные "Морячка"	200/10	150/5	1,91	1,37	4,51	3,01	10,67	7,91	90,91	64,19	22,69	17,01
520/04	Пюре картофельное	75	50	9,99	4,42	9,18	4,85	5,48	2,42	144,53	71,01	1,38	0,59
ТТК-258к	Напиток "Плодово-ягодный" из урюка	130	110	2,45	2,07	3,95	3,34	10,78	9,12	88,48	74,87	28,07	23,75
	<b>Итого стоимость питания в день</b>	200	150	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	14,32
<b>Уплотненный полдник</b>											
Десерт фруктовый Яблоко	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,00	9,00	41,20	41,20	10,00
Каша гречневая вязкая	130	110	4,03	3,41	4,12	3,49	21,54	18,23	139,36	117,92	
Сок фруктовый с печеньем сахарным в ассортименте	180/18	150/18	3,60	3,45	5,72	5,72	35,46	32,43	207,76	195,04	4,32
Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	3,60
<b>Итого стоимость питания в день</b>											
<b>Ср, 21 августа 24</b>											
<b>Завтрак</b>											
Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	2,45	1,65	4,52	4,22	21,23	16,13	135,44	109,14	0,10
Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	9,50	7,13	7,69	6,31	40,69	30,53	270,04	207,49	2,18
Какао с молоком полусладкое	180	150	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17
<b>Второй завтрак</b>											
Молоко кипяченое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37
<b>Обед</b>											
Салат из свежих помидоров	50	40	35,49	21,54	18,22	16,75	51,23	41,82	510,74	404,27	155,30
Суп лапша домашняя с мясными фрикадельками	200/25	150/25	0,39	0,31	3,03	2,42	2,65	2,12	39,37	31,50	6,40
"Останкинские"			6,53	6,39	8,22	7,76	2,86	2,22	111,50	104,33	2,23
Капуста тушенная с мякотью птицы	50/150	30/120	26,85	13,15	6,77	6,37	14,48	11,61	226,25	156,39	145,71
Кисель из концентрата полусладкий	200	150	0,10	0,07	0,20	0,20	21,48	16,11	86,30	64,73	0,96
Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	
<b>Уплотненный полдник</b>											
Десерт фруктовый Яблоко	110	100	0,44	0,40	0,44	0,40	9,90	9,00	45,32	41,20	11,79
Сырники "Домашние" из творога с соусом сметанным	150/15	100/30	31,38	21,18	12,37	9,62	35,39	26,40	378,47	276,88	11,00
"Сластена"											0,69
Чай полусладкий	200	150	0,20	0,15	0,05	0,04	5,06	3,79	21,50	16,12	0,10
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	0,08
<b>Итого стоимость питания в день</b>											
<b>Чт, 22 августа 24</b>											
<b>Завтрак</b>											
Бутерброд с сыром	30/5	20/5	53,32	43,98	65,88	53,91	203,14	166,98	1 618,79	1 328,86	86,48
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
Кофейный напиток полусладкий	180	150	3,87	3,07	2,32	2,02	15,30	10,20	97,54	71,24	0,04
<b>Второй завтрак</b>											
Простокваша	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	1,72
<b>Обед</b>											
Салат из свежлы отварной	50	40	21,85	16,47	33,18	24,06	78,90	63,81	701,64	537,59	82,27
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
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной			1,56	1,37	4,56	6,12			71,79	38,21	4,85
Котлеты "Челнинские"	75	50	12,09	8,06	17,09	11,42	9,30	6,20	239,33	159,79	28,65
Картофель тушеный	130	110	2,61	2,21	7,74	6,55	13,55	11,47	134,32	113,66	0,56
Компот "Плодово-ягодный" из красной смородины	200	150	0,12	0,09	0,04	0,03	16,55	12,41	67,06	50,29	5,13
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>											
Омлет натуральный	53	53	13,61	12,94	16,16	15,57	53,95	49,44	415,75	389,65	0,29
Каша пшеничная вязкая	130	110	5,06	5,06	6,39	6,39	0,75	0,75	80,75	80,75	0,19
Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/18	150/18	4,03	3,41	3,80	3,22	21,10	17,86	134,75	114,02	0,10
Хлеб белый	1/20	1/20	2,90	2,85	5,77	5,76	22,34	21,07	152,93	147,56	0,07
<b>Итого стоимость питания в день</b>											
<b>Итого стоимость питания в день</b>											
<b>Итого стоимость питания в день</b>											



Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.				Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг	
Дет. сад	Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	
		Дет. сад	Дет. сад	Дет. сад	9095,40	7369,65	250,65	226,20	
		Ясли	Ясли	Ясли	1 819,08	1 473,93	50,13	45,24	

**ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:  
В среднем в день:**

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

*Мартынова*  
Г. Н. Мартынова  
*А. Р. Гатина*  
А. Р. Гатина  
*Загидуллина*  
Л. Р. Загидуллина
