

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р. И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

Директор "СШ" и "ШМ" № 1

(№ ДОУ)

(ФИО руководителя)

(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 26.08.2024г. по 29.08.2024 г.

№ ИД	Прием 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. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли				
Пн, 26 августа 24													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	48,11	47,67	43,11	9,86	229,51	194,3	1 563,2	1 357,67	71,75	59,01
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	10,82	12,04	9,86	38,21	52,64	38,21	375,71	284,83	3,08	2,32
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	3,07	2,32	2,02	10,20	15,30	10,20	97,54	71,24	0,04	0,04
697/04	Второй завтрак Молоко кипяченое	100	100	6,51	8,42	6,86	22,42	29,88	22,42	230,02	177,48	2,29	1,72
20/10	Обед Салат из свежей капусты	50	40	1,24	1,30	0,98	7,46	5,06	5,06	48,15	36,11	0,75	0,56
148/04	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	3,06	3,06	2,64	5,06	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	50/30	17,45	16,29	19,00	48,08	57,72	48,08	486,54	428,57	66,91	54,95
520/04	Пюре картофельное	130	110	0,97	0,77	2,55	2,04	5,24	4,19	47,83	38,26	2,21	1,84
ТТК-265Н	Компот "Плодово-ягодный" из красной смородины	200	150	8,05	7,50	7,18	6,67	11,15	8,36	141,47	123,45	2,21	1,84
	Хлеб белый	1/20	1/20	4,24	4,24	6,72	4,24	4,24	4,24	94,38	94,38	1,61	1,61
337/04	Уплотненный полдник Яйцо вареное	1 шт	1 шт	2,45	2,07	3,95	3,34	10,78	9,12	88,48	74,87	28,07	23,75
510/04	Каша гречневая вязкая	200	150	0,12	0,09	0,04	0,03	16,55	12,41	67,06	50,29	5,13	3,84
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	75	75	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	0,39	0,37
ТТК-458	Ватрушка с повидлом	1/20	1/20	19,30	17,94	12,35	11,61	114,09	102,95	644,72	588,04	0,39	0,37
	Хлеб белый	44,6	36,25	5,52	5,52	5,04	5,04	21,54	18,23	67,44	67,44	0,09	0,07
	Хлеб "Дарницкий"	152,36 руб.	120,37 руб.	4,03	3,41	4,12	3,49	17,62	13,22	74,06	55,54	0,30	0,30
Итого стоимость питания в день													
Вт, 27 августа 24													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	80,52	65,15	62,09	50,1	222,37	191,21	1 770,32	1 476,17	65,65	50,8
161/04	Суп молочный с рисом	200	150	8,33	8,48	11,34	10,58	31,09	34,81	259,73	268,34	2,51	2,00
ТТК-198Н	Какао с молоком полусладкое	180	150	1,52	3,12	5,04	5,64	0,07	10,27	51,74	104,34	0,04	0,04
698/04	Второй завтрак Простокваша	100	100	3,76	2,82	3,78	2,84	15,74	11,80	111,99	84,00	1,30	0,98
52/11	Обед Салат из свежей отварной	50	40	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/5	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
ТТК-739к	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	75	50	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
	Котлеты "Татарские"			34,82	27,36	29,72	20,77	101,42	82,52	812,40	626,37	49,63	37,47
				0,91	0,73	3,06	2,45	5,33	4,27	52,49	41,99	6,06	4,85
				1,56	1,37	4,56	3,01	6,12	4,84	71,79	51,93	38,21	28,65
				12,09	8,06	17,09	11,06	9,30	6,20	239,33	156,55	0,56	0,37

ТТК-446 707/04	Пюре из бобовых "Янтарное" Сок фруктовый разливной Хлеб белый Хлеб "Дарницкий"	130 200 1/20 44,6	110 150 1/20 36,25	14,70 1,00 1,62 2,94 34,31	12,44 0,75 1,62 2,39 26,25	4,32 0,20 0,20 0,49 18,39	3,65 0,20 0,40 16,11 0,40	32,42 20,20 9,76 18,29 85,53	27,44 15,15 9,76 14,86 69,55	227,34 84,80 47,32 89,33 644,91	192,37 63,60 47,32 72,61 528,18	4,80 3,60
ТТК-495н ТТК-302н ТТК-475	Уплотненный полдник Десерт фруктовый Яблоко Галушки "Снежок" Чай полусладкий с печеньем сахарным Хлеб белый	120 200 200/18 1/20	100 150 150/18 1/20	0,48 30,93 2,90 2,85	0,40 23,00 2,85 5,77	0,48 12,14 5,77	0,40 9,95 5,76	10,80 52,39 22,34 21,07	9,00 39,48 21,07	49,44 442,54 152,93	41,20 339,42 147,56	10,49 10,00 0,57 0,42 0,10 0,07
Итого стоимость питания в день												
Ср, 28 августа 24												
3/04 311/04 ТТК-343н 697/04 13/2010 110/04 110/04	Завтрак Бутерброд с сыром Каша молочная манная (жидкая) с маслом Кофейный напиток полусладкий Второй завтрак Молоко кипяченое Обед Салат из свежих огурцов Борщ с капустой и картофелем со сметаной Борщ с капустой и картофелем с мясными фрикадельками "Останкинские" со сметаной	30/5 200/3 180 100 50 200/25/10	20/5 150/3 150 100 40 150/5	63,97 14,60 3,87 8,21 2,52 3,06 3,06 33,07 2,58 7,75	47,1 11,34 3,07 6,17 2,10 3,06 3,06 20,40 2,07 1,37	53,56 10,84 2,32 6,88 1,64 2,64 2,64 29,00 3,05 9,48	36,86 9,10 2,02 5,71 1,37 2,64 2,64 14,17 2,44 3,01	199,33 65,59 15,30 36,35 13,94 5,06 5,06 61,33 1,21 10,85	163,98 49,09 10,20 27,27 11,62 5,06 5,06 48,15 0,97 7,91	1 535,29 418,34 97,54 240,19 80,61 56,23 56,23 638,62 42,58 159,73	1 175,87 323,52 71,24 185,11 67,17 56,23 56,23 401,60 34,07 64,19	79,64 3,08 0,04 2,29 0,75 1,37 1,37 72,55 4,85 23,31
ТТК - 394 ТТК-268н	Запеканка картофельная с мясом птицы с маслом Компот "Флодово-ягодный" из изюма Хлеб белый	180/5 200 1/20	130/5 150 1/20	21,12 1,62 13,24	15,34 1,62 12,30	16,27 0,20 11,08	8,52 0,20 10,95	18,85 9,76 67,35	14,01 9,76 61,68	306,35 82,64 47,32	194,04 61,98 47,32	44,39 33,14
ТТК-2н 208/10 ТТК-475	Уплотненный полдник Зеленый горошек порциями Макароны запеченные с яйцом с маслом Чай полусладкий Хлеб белый Хлеб "Дарницкий"	15 150/5 200 1/20 44,6	10 150/5 150 1/20 36,25	1,02 7,46 0,20 1,62 2,94	0,68 7,46 0,15 1,62 2,39	0,08 10,26 0,05 0,20 0,49	0,05 10,26 0,04 0,20 0,40	2,91 31,33 5,06 9,76 18,29	1,94 31,33 3,79 9,76 14,86	16,44 247,51 21,50 47,32 89,33	10,96 247,51 16,12 47,32 72,61	2,64 2,22 0,32 0,10 0,08
Итого стоимость питания в день												
Чт, 29 августа 24												
2/04 311/04 ТТК-198н 698/04 62/11 132/04 ТТК-652; 587/04 510/04 ТТК-257н	Завтрак Бутерброд с повидлом Каша молочная пшеничная с маслом Какао с молоком полусладкое Второй завтрак Ацидофилин Обед Салат из моркови с сахаром Рассольник ленинградский со сметаной Фрикадельки "Особые" с соусом томатным Фрикадельки "Особые" с соусом томатным Каша пшеничная вязкая Напиток "Флодово-ягодный" из сухофруктов Хлеб белый Хлеб "Дарницкий"	30/10/5 200/3 180 100 50 200/5 50/50 130 200 1/20 44,6	20/10/5 150/3 150 100 40 150/5 50/30 110 150 1/20 36,25	63,06 15,44 2,45 9,94 3,05 3,02 17,54 0,78 2,66 5,36	49,16 11,65 1,65 7,46 2,54 3,02 15,28 0,62 2,03 5,14	53,72 14,05 4,52 7,01 2,52 2,70 23,22 0,06 3,81 14,30	45,96 12,12 4,22 5,80 2,10 2,70 2,70 20,81 0,05 3,05 13,42	239,77 77,24 21,23 40,73 15,28 4,32 4,32 95,99 6,64 11,98 8,82	195,25 59,43 16,13 30,56 12,74 4,32 4,32 78,81 5,31 9,03 7,45	1 694,96 497,28 135,44 265,84 96,00 53,68 53,68 663,17 30,20 92,90 185,43	1 391,35 393,48 109,14 204,34 80,00 53,68 53,68 563,66 24,16 71,67 171,13	55,1 3,45 0,10 2,18 1,17 0,86 0,86 28,15 3,00 21,60 3,52
ТТК-495н 240/10, соус 351/10	Десерт фруктовый Яблоко Пудинг из творога с яблоками с соусом молочным сладким	130 150/15	130 100/30	3,68 0,50 1,62 2,94 27,06 0,52 24,65	3,11 0,37 1,62 2,39 19,21 0,52 16,85	4,34 0,02 0,20 0,49 13,75 0,52 12,97	3,67 0,02 0,20 0,40 10,33 0,52 9,56	21,07 19,43 9,76 18,29 62,22 11,70 25,48	17,83 14,57 9,76 14,86 52,69 11,70 19,71	138,07 79,92 47,32 89,33 480,83 53,56 317,22	116,83 59,94 47,32 72,61 380,53 53,56 232,27	0,03 0,02 0,03 22,64 13,00 6,34

