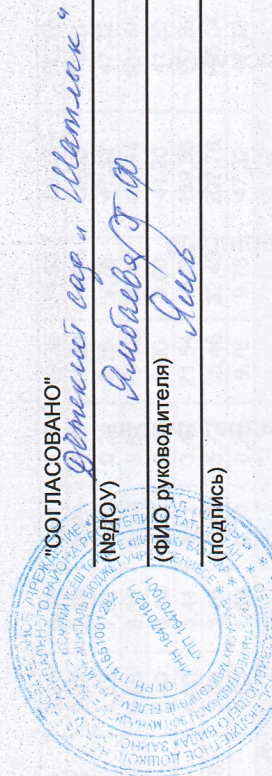


"УТВЕРЖДАЮ"  
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р.И. Мусина



"СОГЛАСОВАНО"

Детский сад "Матрешка"

(№ ДОУ)

(ФИО руководителя)

(подпись)

**ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК С 28.10.2024г. по 02.11.2024 г.**

№ НД	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																
<b>Пн, 28 октября 24</b>																									
<b>Завтрак</b>																									
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	11,95	9,14	65,93	54,47	47,86	239,45	198,8	1 735,77	1 489,67	39,17	29,86											
ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	200/3	150/3	3,87	3,07	2,32	2,02	15,30	50,97	36,97	340,96	258,77	5,19	3,90											
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	7,92	5,95	7,55	6,21	29,88	22,42	219,19	169,36	0,04	0,04												
<b>Второй завтрак</b>																									
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>																									
ТТК-1025	Салат "Радужный"	50	40	1,28	1,02	2,59	2,07	5,59	4,48	50,84	40,67	5,01	4,00												
134/04	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200/5	155	1,75	1,34	5,01	3,95	8,72	6,58	86,96	67,22	23,22	17,42												
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	27,35	25,96	11,69	10,18	40,01	26,80	374,68	302,67	3,04	2,03												
ТТК-257н	Напиток "Флодово-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												
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32														
	Уплотненный поддник			24,40	23,42	22,40	20,54	99,91	94,58	698,86	656,85	1,31	1,12												
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44														
334/04	Макаронны 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												
	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>Итого стоимость питания в день</b>																									
		152,36 руб.		120,97 руб.		47,38		35,72		52,95		42,44		242,65		199,24		1 636,61		1 321,71		66,65		54,91	
<b>Вт, 29 октября 24</b>																									
<b>Завтрак</b>																									
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	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	200/3	150/3	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71														
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	9,23	6,93	6,85	5,68	42,85	32,15	289,98	207,45	2,13	1,60												
<b>Второй завтрак</b>																									
698/04	Кефир	100	100	3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	0,75	0,62												
<b>Обед</b>																									
ТТК-66	Салат " Солнышко"	50	40	20,33	12,99	23,85	16,22	90,22	71,33	656,75	483,23	48,73	38,37												
110/2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	150/5	0,49	0,39	5,09	4,07	6,56	5,25	73,94	59,15	3,08	2,46												
ТТК-1026	Биточки рыбные "Морячка"	75	50	1,92	1,37	4,55	3,04	11,58	8,29	94,93	65,96	21,61	16,17												
520/04	Пюре картофельное	130	110	9,99	4,42	9,18	4,85	5,48	2,42	144,53	71,01	1,38	0,59												
		130		2,86		2,42		4,26		3,60		19,17		16,22		126,47		107,01		22,51		19,04			

ТТК-258к	Напиток "Плодово-ягодный" из урюка Хлеб "Дарницкий" Хлеб белый	200 44,6 1/20	150 36,25 1/20	0,51 2,94 1,62	0,38 2,39 1,62	0,08 0,49 0,20	0,06 0,40 0,20	19,38 18,29 9,76	14,53 14,86 9,76	80,23 89,33 47,32	60,17 72,61 47,32	0,15 0,11
ТТК-495н 510/04 707/04	Уплотненный полдник Десерт фруктовый Яблоко Каша гречневая вязкая Сок фруктовый с печеньем сахарным в ассортименте Хлеб белый	100 130 180/18 1/20	100 110 150/18 1/20	9,65 4,03 3,60 1,62	8,88 3,41 3,45 1,62	10,44 4,12 5,72 0,20	9,81 3,49 5,72 0,20	75,76 21,54 35,46 9,76	69,42 18,23 32,43 9,76	435,64 41,20 207,76 47,32	401,48 41,20 195,04 47,32	14,32 10,00 4,32
<b>Итого стоимость питания в день</b>												
<b>Ср, 30 октября 24</b>												
2/04 302/04 ТТК-198н	Завтрак Бутерброд с повидлом Каша молочная пшеничная с маслом Какао с молоком полусладкое	30/10/5 200/3 180	20/10/5 150/3 150	15,00 2,45 9,50	11,32 1,65 7,13	14,73 4,52 7,69	12,63 4,22 6,31	77,20 21,23 40,69	59,40 16,13 30,53	501,48 135,44 270,04	396,63 109,14 207,49	3,45 0,10 2,18
697/04	Второй завтрак Молоко кипяченое	100	100	3,05 3,06	2,54 3,06	2,52 2,64	2,10 2,64	15,28 5,06	12,74 5,06	96,00 56,23	80,00 56,23	1,17 1,37
14/10 148/04	Обед Салат из свежих помидоров Суп лапша домашняя с мясными фрикадельками "Останкинские"	50 200/25	40 150/25	0,35 6,48	0,28 6,36	3,02 8,21	2,42 7,76	2,46 2,56	1,97 2,02	38,45 110,05	30,76 103,34	6,17 1,95
11к - 416к 11к-272н	Капуста тушенная с мякотью птицы Кисель из концентрата полусладкий Хлеб белый	50/150 200 1/20	30/120 150 1/20	26,56 0,10 1,62	16,62 0,07 1,62	6,75 0,20 0,20	5,02 0,20 0,20	13,84 21,48 9,76	11,00 16,11 9,76	222,34 86,30 47,32	155,70 64,73 47,32	145,17 0,96 0,72
ТТК-495н ТТК-1019	Уплотненный полдник Десерт фруктовый Яблоко Сырники "Домашние" из творога с соусом сметанным "Сластёна"	110 150/15	100 100/30	36,58 0,44 31,38	25,74 0,40 21,18	13,55 0,44 12,37	10,66 0,40 9,62	78,40 9,90 35,39	63,81 9,00 26,40	581,94 45,32 378,47	454,13 41,20 276,88	11,79 11,00 0,69
ТТК-475	Чай полусладкий Хлеб белый Хлеб "Дарницкий"	200 1/20 44,6	150 1/20 36,25	0,20 1,62 2,94	0,15 1,62 2,39	0,05 0,20 0,49	0,04 0,20 0,40	5,06 9,76 18,29	3,79 9,76 14,86	21,50 47,32 89,33	16,12 47,32 72,61	0,10 0,10 0,08
<b>Итого стоимость питания в день</b>												
<b>Чт, 31 октября 24</b>												
3/04 311/04 ТТК-343н	Завтрак Бутерброд с сыром Каша молочная манная (жидкая) с маслом Кофейный напиток полусладкий	30/5 200/3 180	20/5 150/3 150	14,80 3,87 8,21	11,51 3,07 6,17	13,90 2,32 6,88	11,64 2,02 5,71	65,96 15,30 36,35	49,40 10,20 27,27	448,12 97,54 240,19	348,34 71,24 185,11	3,08 0,04 2,29
698/04	Второй завтрак Простокваша	100	100	3,06 22,55	3,06 16,75	2,64 33,49	2,64 24,35	4,33 88,67	4,33 71,52	53,28 746,23	53,28 572,24	0,84 74,69
52/11 124/04 ТТК-650 216/04 ТТК-265н	Обед Салат из свежлы отварной Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной Котлеты "Челнинские" Картофель тушенный Компот "Плодово-ягодный" из красной смородины Хлеб белый Хлеб "Дарницкий"	50 200/10 75 130 200 1/20 44,6	40 150/5 50 110 150 1/20 36,25	0,91 1,95 12,09 2,92 0,12 1,62 2,94	0,73 1,39 8,06 2,47 0,09 1,62 2,39	3,06 4,57 17,09 8,04 0,04 0,20 0,49	2,45 3,05 11,42 6,80 0,03 0,20 0,40	5,33 8,09 9,30 21,35 16,55 9,76 18,29	4,27 5,96 6,20 18,06 12,41 9,76 14,86	52,49 81,28 239,33 169,42 67,06 47,32 89,33	41,99 56,88 159,79 143,36 50,29 47,32 72,61	6,06 36,71 0,56 26,23 5,13 0,29 0,19
340/04 510/04 11к 41/2	Уплотненный полдник Омлет натуральный Каша пшеничная вязкая Чай полусладкий с печеньем сахарным Хлеб белый	53 130 200/18 1/20	53 110 150/18 1/20	13,61 5,06 4,03 2,90	12,94 5,06 3,41 2,85	16,16 6,39 3,80 5,77	15,57 6,39 3,22 5,76	53,95 9,75 21,10 22,34	49,44 0,75 17,86 21,07	415,75 80,75 134,75 152,93	389,65 80,75 114,02 147,56	0,29 0,19 0,10 0,07
<b>Итого стоимость питания в день</b>												
<b>152,36 руб. 120,97 руб.</b>												

		<b>Пт, 01 ноября 24</b>												
		<b>Завтрак</b>												
1/04	Булерброд с маслом	30/5	20/5	87,05	64,7	51,87	42,31	262,22	204,6	1 863,98	1 457,94	40,5	35,01	
311/04	Каша молочная рисовая жидкая с маслом	200/3	150/3	12,79	9,66	13,92	12,04	67,00	50,28	444,49	348,04	3,46	2,70	
ТТК 198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71	2,29	1,72	
697/04	Молоко кипяченое	100	100	7,29	5,47	6,88	5,71	36,35	27,27	236,49	182,33	1,17	0,98	
13/2010	Салат из свежих огурцов	50	40	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,37	1,37	
139/04	Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы	200/15	150/15	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37	
11К 24/к	Гречка с говядиной "Батыр"	40/160	25/110	37,34	27,99	20,22	15,64	95,89	72,83	714,88	544,06	20,54	16,10	
70/04	Сок фруктовый разливной	180	150	0,90	0,75	0,20	0,20	18,18	15,15	76,32	63,60	4,32	3,60	
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,27	9,76	47,32	47,32	15,13	14,84	
	Уплотненный полдник			33,86	23,99	15,09	11,99	94,27	76,43	648,38	509,61	11,00	11,00	
11К 495н	Десерт фруктовый Яблоко	110	110	0,44	0,44	0,44	0,44	9,90	9,90	45,32	45,32	0,83	0,57	
11К 341	Запеканка "Сладкоежка" с соусом сметанным "Сластена"	150/15	100/30	28,59	19,32	13,90	10,90	41,04	30,39	403,68	296,98	3,30	3,27	
686/04	Чай с лимоном	200/7	150/7	0,27	0,22	0,06	0,05	15,28	11,52	62,73	47,38			
	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>Итого стоимость питания в день</b>	<b>152,36 руб.</b>	<b>120,97 руб.</b>	<b>51,53</b>	<b>45,67</b>	<b>64,08</b>	<b>59,04</b>	<b>249,32</b>	<b>209,99</b>	<b>1 780,22</b>	<b>1 554,08</b>	<b>85,84</b>	<b>74,53</b>	
	<b>Сб, 02 ноября 24</b>			<b>15,82</b>	<b>12,27</b>	<b>13,87</b>	<b>11,61</b>	<b>72,46</b>	<b>54,28</b>	<b>477,91</b>	<b>370,68</b>	<b>2,92</b>	<b>2,26</b>	
	<b>Завтрак</b>			<b>3,87</b>	<b>3,07</b>	<b>2,32</b>	<b>2,02</b>	<b>15,30</b>	<b>10,20</b>	<b>97,54</b>	<b>71,24</b>	<b>0,04</b>	<b>0,04</b>	
3/04	Булерброд с сыром	30/5	20/5	9,23	6,93	6,85	5,68	42,85	32,15	269,98	207,45	2,13	1,60	
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62	
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37	
	<b>Второй завтрак</b>			<b>3,06</b>	<b>3,06</b>	<b>2,64</b>	<b>2,64</b>	<b>5,06</b>	<b>5,06</b>	<b>56,23</b>	<b>56,23</b>	<b>1,37</b>	<b>1,37</b>	
697/04	Молоко кипяченое	100	100	15,22	13,51	24,83	22,15	87,32	73,36	633,71	546,87	50,41	39,79	
	<b>Обед</b>			<b>0,97</b>	<b>0,77</b>	<b>2,55</b>	<b>2,04</b>	<b>5,24</b>	<b>4,19</b>	<b>47,83</b>	<b>38,26</b>	<b>29,89</b>	<b>23,91</b>	
20/2010	Салат из белокочанной капусты	50	40	2,68	1,92	4,70	3,15	14,18	10,92	109,75	79,70	13,52	10,01	
132/2004	Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	150/5	5,13	5,13	13,42	13,42	7,41	7,41	170,93	170,93	2,46	2,46	
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/30	50/30	4,64	3,93	3,78	3,20	31,67	26,79	179,30	151,72	4,54	3,41	
516/04	Макаронные изделия отварные	130	110	0,18	0,14	0,18	0,14	19,06	14,29	78,58	58,94			
ТТК-271н	Компот "Фруктово-ягодный" из свежих яблок	200	150	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32			
	Хлеб белый	1/20	1/20	17,43	16,83	22,74	22,64	84,48	77,29	612,37	580,30	31,14	31,11	
	<b>Уплотненный полдник</b>			<b>5,52</b>	<b>5,52</b>	<b>5,04</b>	<b>5,04</b>	<b>67,44</b>	<b>67,44</b>	<b>67,44</b>	<b>67,44</b>	<b>27,84</b>	<b>27,84</b>	
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	4,38	4,38	11,23	11,23	23,87	23,87	214,11	214,11	3,30	3,27	
261/2004	Картофельное пюре запеченное с маслом	150/5	150/5	2,97	2,92	5,78	5,77	32,56	28,80	194,17	178,82			
686/04	Чай с лимоном с печеньем сахарным в ассортименте	200/7/18	150/7/18	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32			
	Хлеб белый	1/20	1/20	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61			
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	401,64	321,35	338,66	287,18	1 417,3	1 156,5	10 324,07	8 495,75	481,92	394,45	
	<b>Итого стоимость питания в день</b>	<b>152,36 руб.</b>	<b>120,97 руб.</b>	<b>401,64</b>	<b>321,35</b>	<b>338,66</b>	<b>287,18</b>	<b>1 417,3</b>	<b>1 156,5</b>	<b>10 324,07</b>	<b>8 495,75</b>	<b>481,92</b>	<b>394,45</b>	

