

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

"СОГЛАСОВАНО"

118- Яблоко

- 2,4 группа
11 группа: сады № 28, 30, 34, 40, 50, 51, 52, 54, 69, 70, 93, 103, 110, 118
12 группа: сады № 7, 12, 14, 18, 21, 29, 31, 35, 39, 46, 97, 106, 115, 27
14 группа: сады № 10, 17, 20, 26, 49, 64, 72, 73, 75, 92, 96, 105, 120
17 группа: сады № 41, 44, 53, 61, 78, 80, 83, 94, 98, 104, 111, 114, 123
18 группа: сады № 8, 9, 16, 27, 62, 65, 66, 82, 86, 108, 109, 118, 121, 131, 132

ООО "Школьное питание"

(№ ДОУ)

Р.И. Мусина

(ФИО руководителя)

(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ с 03.03.2025г. по 07.03.2025 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	Дет. сад	Ясли						
Пн, 03 марта 25															
Завтрак															
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	10,67	8,38	44,57	39,14	255,59	220,26	1 691,75	1 459,64	51,57	43,89		
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	1,47	1,47	1,42	7,45	44,93	33,70	301,01	235,38	2,10	1,58		
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	7,55	5,67	6,01	5,05	37,47	28,11	234,22	180,63	0,04	0,04		
Второй завтрак															
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56		
Обед															
ТТК-357Н	Салат "Капуста квашеная" (б/лука)	50	40	35,88	29,43	14,88	12,21	91,64	78,77	643,91	542,58	31,14	24,43		
139/04	Суп картофельный с бобовыми	200	150	0,90	0,72	2,78	2,22	4,27	3,42	45,66	36,53	15,00	12,00		
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	40/50	4,86	3,65	3,25	2,44	14,38	10,79	106,24	79,69	14,85	11,14		
510/04	Каша перловая вязкая	130	110	23,64	18,98	4,60	3,86	3,79	3,70	151,08	125,43	1,29	1,29		
ТТК-268н	Компот "Плодово-ягодный" из изюма	200	150	2,64	2,24	3,61	3,05	20,66	17,48	125,69	106,35				
Полдник															
697/04	Молоко кипяченое	120	120	1,52	1,52	0,18	0,18	20,66	15,50	82,64	61,98				
470/10	Булочка дорожная	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	9,94	9,94	47,46	47,46				
Ужин															
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	140	140	7,34	6,42	10,80	10,01	35,40	33,88	268,16	251,29	1,78	1,37		
337/04	Яйцо вареное	50	50	3,98	3,06	3,43	2,64	6,58	5,06	73,10	56,23	1,78	1,37		
ТТК - 181а	Макаронные отварные	130	110	3,36	3,36	7,37	7,37	28,82	28,82	195,06	195,06				
ТТК-258к	Напиток "Плодово-ягодный" из урюка	120	120	12,71	11,87	10,16	9,47	73,52	63,81	436,27	387,99	14,15	14,11		
Итого стоимость питания в день															
		158,45 руб.		125,81 руб.											
Вт, 04 марта 25															
Завтрак															
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	69,06	53,57	59,45	47,73	245,83	201,23	1 794,66	1 448,71	113,97	88,47		
311/04	Каша молочная кукурузная с маслом	200/3	150/3	8,84	6,86	10,43	9,42	53,84	41,57	344,69	278,48	2,06	1,60		
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	6,27	4,71	5,17	4,42	39,83	29,88	230,98	178,20	1,31	0,98		
Второй завтрак															
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62		
Обед															
ТТК-70н	Свекла отварная	50	40	21,41	16,63	32,03	24,07	82,86	68,70	705,32	557,95	93,55	68,86		
135/04	Суп из овощей со сметаной	200/10	150/5	1,02	0,82	0,07	0,05	5,98	4,79	28,63	22,90	6,80	5,44		
		2,22		1,60		4,55		8,76		6,48		27,81			

698/04	Запеканка картофельная с мясом "По-домашнему" с маслом	180/5	130/5	14,32	10,36	26,76	20,34	23,58	17,05	392,46	292,71	58,74	42,42
	Напиток "Плодово-ягодный" ассорти	200	150	0,01	0,01	0,01	0,18	16,66	12,50	66,73	50,05	0,20	0,15
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14		
	Полдник												
	Аццодофин	150	130	4,54	3,93	4,05	3,51	6,48	5,62	80,51	69,78	1,30	1,12
	Ужин												
ТТК-495Н	Десерт фруктовый Яблоко	140	140	33,77	25,65	12,94	10,73	92,55	75,24	621,74	500,10	14,66	14,49
ТТК-302Н	Галушки "Снежок"	200	150	0,56	0,56	0,56	0,56	12,60	12,60	57,68	57,68	14,00	14,00
ТТК-253К	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	30,93	23,00	12,14	9,95	52,39	39,48	442,54	339,42	0,57	0,42
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	0,76	0,57	0,06	0,04	17,62	13,22	74,06	55,54	0,09	0,07
		158,45 руб.	125,81 руб.	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
Итого стоимость питания в день													
Ср, 05 марта 25													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	11,15	8,99	10,60	9,06	41,78	32,62	307,14	247,98	2,58	2,05
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	1,47	1,47	1,42	1,42	17,46	13,10	184,04	18,64	0,04	0,04
ТТК-198Н	Какао с молоком полусладкое	180	150	6,63	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,50	149,34	1,37	1,03
	Второй завтрак												
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
	Обед												
ТТК-359Н	Винегрет из овощей (без лука)	50	40	0,50	0,50	0,50	0,50	10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
ТТК-451	Суп картофельный клецками с мякотью птицы	200/15	150/10	41,36	31,95	34,62	24,89	110,76	92,60	920,05	722,19	26,17	20,02
ТТК-650	Котлеты "Челнинские"	75	50	1,08	0,86	3,90	3,12	4,27	3,41	56,47	45,17	10,00	8,00
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	9,15	6,38	8,62	6,04	17,46	13,10	184,04	132,32	15,58	11,63
ТТК-257Н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	150	12,09	8,06	17,12	11,42	9,30	6,20	239,88	159,79	0,56	0,37
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	14,70	12,44	4,32	3,65	32,42	27,44	227,34	192,37		
	Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
697/04	Молоко кипяченое	130	100	1,52	1,52	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14	1,78	1,37
340/04	Омлет натуральный	105	105	3,98	3,06	3,43	2,64	6,58	5,06	73,10	56,23	1,78	1,37
ТТК-187а	Каша гречневая вязкая	130	110	18,07	17,41	22,42	21,70	52,39	47,82	483,58	456,12	0,49	0,46
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/15	150/15	10,12	10,12	4,64	3,93	21,48	18,18	161,50	121,51	0,39	0,39
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	2,45	2,40	4,82	4,81	19,46	18,19	131,02	125,65	0,10	0,07
		158,45 руб.	125,81 руб.	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
Итого стоимость питания в день													
Чт, 06 марта 25													
Завтрак													
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	34,25	30,11	50,98	43,79	189,75	163,08	1 354,63	1 166,8	91,88	76,62
161/04	Суп молочный с рисом	200	150	6,33	4,97	9,04	7,84	29,75	23,49	225,70	184,28	2,05	1,60
ТТК-343Н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	3,76	2,82	3,78	2,84	15,74	11,80	111,99	84,00	1,30	0,98
	Второй завтрак												
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62
	Обед												
78/04	Икра морковная	50	40	0,50	0,50	27,95	24,93	105,35	91,43	745,67	655,67	31,53	24,83
132/04	Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	150/5	18,21	16,39	4,07	3,25	5,99	4,79	64,82	51,86	6,08	4,87
ТТК-652к, 587/04	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	50/50	2,83	2,06	4,56	3,05	11,66	8,65	99,05	70,29	21,77	16,32
ТТК - 181а	Макароны отварные	130	110	5,36	5,36	14,30	14,30	8,84	8,84	185,51	185,51	3,53	3,53
ТТК-258к	Напиток "Плодово-ягодный" из урюка	200	150	4,60	3,89	4,30	3,63	31,60	26,74	183,46	155,24	0,15	0,11
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	0,51	0,38	0,08	0,06	19,38	14,53	80,23	60,17		
	Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
698/04	Кефир	150	130	2,32	2,32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14	1,09	0,94
				4,50	3,90	3,88	3,36	6,21	5,38	77,78	67,41	1,09	0,94

Ужин		Итого стоимость питания в день Пт. 07 марта 25												
1/04	Котлеты "Любимые"	75	50	4,71	4,35	10,11	7,66	38,34	32,68	263,08	217,04	54,81	46,85	
686/04	Рагу овощное	130	110	2,92	2,47	5,67	4,79	13,12	11,10	115,13	97,42	51,51	43,58	
	Чай с лимоном	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 "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46			
		158,45 руб. 125,81 руб.		60,72	49,9	54,88	45,86	218,69	187,59	1 611,64	1 362,74	85,55	71,45	
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	16,61	14,11	16,51	15,31	52,86	40,95	426,56	358,03	2,48	1,96	
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04	0,07	0,07	33,11	33,11			
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	7,99	6,00	5,33	4,54	37,51	28,14	230,02	177,48	1,31	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	
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50	10,10	10,10	10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40	
				19,82	12,91	18,34	11,88	80,44	66,86	566,09	426,03	64,85	51,71	
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	150/5	2,04	1,47	4,52	3,01	11,37	8,44	94,33	66,74	24,28	18,20	
ТТК-1026	Биточки рыбные "Морячка"	75	50	9,99	4,42	9,18	4,85	5,48	2,42	144,53	71,01	1,38	0,59	
520/04	Пюре картофельное	130	110	3,05	2,58	4,00	3,38	14,04	11,88	104,38	88,32	37,40	31,64	
ТТК-81н	Огурец соленый порц	15	10	0,80	0,53			0,19	0,13	3,95	2,63	0,83	0,56	
ТТК-272н	Кисель из концентрата полусладкий	200	150	0,10	0,07			21,48	16,11	86,30	64,73	0,96	0,72	
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46			
	Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14			
697/04	Молоко кипяченое	130	100	3,98	3,06	3,43	2,64	6,58	5,06	73,10	56,23	1,78	1,37	
				19,81	19,32	16,60	16,03	68,71	64,62	503,49	480,05	14,04	14,01	
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,00	9,00	41,20	41,20	10,00	10,00	
ТТК-396	Тертели из птицы с соусом томатным	60/30	60/30	12,60	12,60	7,54	7,54	12,02	12,02	166,34	166,34	3,94	3,94	
510/04	Каша ячневая вязкая	130	110	2,84	2,40	3,66	3,10	18,29	15,47	117,47	99,40			
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/15	150/15	2,45	2,40	4,82	4,81	19,46	18,19	131,02	125,65	0,10	0,07	
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46			
		158,45 руб. 125,81 руб.		306,19	252,09	280,95	234,81	1 131,5	960,36	8 278,95	6 962,81	376,39	306,73	
	Итого													



