

24 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, 17ф, 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

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р.И Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

(№ДОУ)

(ФИО руководителя)

(подпись)

118-Яблочки

Учеба З.Р

Р

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ с 26.01.2026г. по 30.01.2026 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		
Пн, 26 января 26												
Завтрак												
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	63,13	55,11	50,69	44,1	282,22	242,38	1 837,61	1 586,85	
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	3,38	2,73	1,98	1,78	56,63	41,50	360,50	274,87	
TTK-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	7,55	5,67	6,01	5,05	37,47	28,11	234,22	180,63	
Второй завтрак												
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50	0,50	0,50	10,10	10,10	42,40	42,40	
Обед												
TTK-357н	Салат "Капуста квашеная"	50	40	22,89	19,57	23,85	20,22	102,47	88,99	716,15	616,17	
TTK -451	Суп картофельный клецками с мякотью птицы	200/15	150/10	0,89	0,72	2,51	2,01	4,34	3,47	43,51	34,81	
TTK-550н	Митболы из говядины в соусе томатном	60/50	60/50	9,08	6,33	8,61	6,04	17,10	12,83	182,27	130,99	
510/04	Каша перловая вязкая	130	110	6,44	6,44	8,48	8,48	11,83	11,83	149,44	149,44	
TTK-268н	Компот "Плодово-ягодный" из изюма	200	150	0,50	0,50	0,50	0,50	20,66	15,50	82,64	61,98	
Хлеб "Рябинушка"												
Хлеб "Дарницкий"												
Полдник												
697/04	Молоко кипяченое	130	100	14,43	13,51	7,37	6,58	39,05	37,53	280,23	263,36	
741/04	Ватрушка с творогом	75	75	3,98	3,06	3,43	2,64	6,58	5,06	73,10	56,23	
Ужин												
TTK-495н	Десерт фруктовый Яблоко	145	145	12,73	11,89	10,18	9,49	73,97	64,26	438,33	390,05	
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	0,58	0,58	0,58	0,58	13,05	13,05	59,74	59,74	
TTK - 181а	Макароны отварные	130	110	4,60	3,89	4,30	3,63	31,60	26,74	183,46	155,24	
TTK-258к	Напиток "Плодово-ягодный" из урюка	200	150	0,51	0,38	0,08	0,06	19,38	14,53	80,23	60,17	
Хлеб "Рябинушка"												
Итого стоимость питания в день												
Вт, 27 января 26												
Завтрак												
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	8,28	6,27	9,64	8,24	41,45	31,29	285,70	224,28	
161/04	Суп молочный с рисом	200	150	2,00	1,35	4,22	4,03	11,77	7,87	93,10	73,11	
TTK-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	3,76	2,82	3,78	2,84	15,74	11,80	111,99	84,00	
Второй завтрак												
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50	0,50	0,50	10,10	10,10	42,40	42,40	
Обед												
52/11	Салат из свеклы отварной	50	40	21,02	16,47	34,99	27,20	80,67	67,27	721,66	579,71	
135/04	Суп из овощей со сметаной	200/10	150/10	2,16	1,69	4,54	3,78	8,40	6,42	83,11	66,49	

TTK-393к	Запеканка картофельная с мясом "По-домашнему" с маслом	180/5	130/5	14,04	10,15	26,74	20,33	22,05	15,92	385,05	287,23	54,34	39,21
TTK-503	Напиток "Плодово-ягодный" ассорти	200	150	0,01	0,01	0,01	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		
698/04	Полдник			4,54	3,93	4,05	3,51	6,48	5,62	80,51	69,78	1,30	1,12
	Ацидофилин	150	130	4,54	3,93	4,05	3,51	6,48	5,62	80,51	69,78	1,30	1,12
TTK-495н	Ужин			36,90	26,51	17,38	14,61	86,59	73,20	650,44	530,34	66,78	66,55
	Десерт фруктовый Апельсин	110	110	0,99	0,99			9,24	9,24	40,92	40,92	66,00	66,00
TTK-1019	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	0,69	0,48
	"Сластёна"												
TTK-253н	Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным	200/15	150/15	3,01	2,82	4,83	4,81	32,02	27,62	183,59	165,08	0,09	0,07
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
Итого стоимость питания в день		177,47 руб.	140,91 руб.										
Ср, 28 января 26													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	3,38	2,73	1,98	1,78	11,70	7,80	78,13	58,13	0,04	0,04
	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	6,63	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,50	149,34	1,37	1,03
TTK-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
	Второй завтрак			0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
	Обед			31,12	27,04	22,29	17,94	102,89	88,58	736,52	623,88	38,67	29,47
TTK-359н	Винегрет из овощей	50	40	1,04	0,83	3,55	2,84	4,21	3,37	52,95	42,36	9,31	7,45
	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	2,11	1,58	1,91	1,43	11,30	8,48	70,80	53,11	29,33	22,00
TTK-101н	Котлеты "Любимые"	75	50	8,93	7,98	11,85	9,36	7,65	6,84	172,91	143,50		
	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	14,70	12,44	4,32	3,65	32,42	27,44	227,34	192,37		
TTK-446	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
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
TTK-257н	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			3,98	3,06	3,43	2,64	6,58	5,06	73,10	56,23	1,78	1,37
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
	Ужин			18,52	17,86	23,37	22,65	55,27	50,70	505,49	478,03	0,49	0,46
340/04	Омлет натуральный	105	105	10,12	10,12	12,78	12,78	1,51	1,51	161,50	161,50	0,39	0,39
	Каша гречневая вязкая	130	110	3,98	3,37	4,64	3,93	21,48	18,18	143,60	121,51		
TTK-187а	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/18	150/18	2,90	2,85	5,77	5,76	22,34	21,07	152,93	147,56	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		
Итого стоимость питания в день		177,47 руб.	140,91 руб.										
Чт, 29 января 26													
Завтрак													
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	10,79	8,16	11,03	9,82	65,54	49,37	404,69	318,48	2,06	1,60
	Каша молочная кукурузная с маслом	200/3	150/3	6,27	4,71	5,17	4,42	39,83	29,88	230,98	178,20	1,31	0,98
TTK-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62
	Второй завтрак			0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
	Обед			36,28	29,84	16,72	13,27	98,99	85,28	691,51	579,93	51,56	40,48
20/2010	Салат из белокочанной капусты	50	40	0,97	0,78	2,55	2,04	5,27	4,22	47,96	38,37	29,91	23,93
	Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	150/5	2,73	1,98	4,56	3,04	11,11	8,25	96,38	68,30	20,21	15,15
TTK-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	40/50	23,64	18,98	4,60	3,86	3,79	3,70	151,08	125,43	1,29	1,29
	Макароны отварные	130	110	4,59	3,88	4,29	3,63	31,56	26,70	183,26	155,06		
TTK - 181а	Напиток "Плодово-ягодный" из урюка	200	150	0,51	0,38	0,08	0,06	19,38	14,53	80,23	60,17	0,15	0,11
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
TTK-258к	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			7,99	7,37	16,63	15,39	35,17	34,33	322,33	305,35	0,46	0,40

698/04	Ряженка		150	130	4,64	4,02	9,27	8,03	6,33	5,49	127,31	110,33	0,46	0,40
470/10	Булочка дорожная		50	50	3,35	3,35	7,36	7,36	28,84	28,84	195,02	195,02		
	Ужин				17,16	12,48	21,12	14,90	48,46	39,26	452,47	341,01	71,99	54,24
TTK-650	Котлеты "Челнинские"		75	50	12,09	8,06	17,09	11,42	9,30	6,20	239,33	159,79	0,56	0,37
520/04	Пюре картофельное		75	75	1,65	1,65	2,30	2,30	7,52	7,52	57,38	57,38	19,91	19,91
534/04	Капуста тушеная		55	35	1,63	1,03	1,49	0,95	6,42	4,08	45,57	29,00	48,22	30,69
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	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		
	Итого стоимость питания в день				177,47 руб.	140,91 руб.								
	Пт, 30 января 26													
	Завтрак													
1/04	Бутерброд с маслом		30/5	20/5	59,78	48,57	50,15	40,99	226,93	189,75	1 598,25	1 322,22	78,12	69,52
337/04	Яйцо вареное		1 шт	1 шт	18,56	15,41	17,11	15,71	64,56	48,75	486,56	398,03	2,48	1,96
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
TTK-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
	Второй завтрак													
707/04	Сок фруктовый разливной		100	100	0,50	0,50	0,50	0,50	10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
	Обед													
62/11	Салат из моркови с сахаром		50	40	18,78	12,13	17,98	11,58	92,88	77,12	608,42	461,24	29,42	21,77
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной		200/10	150/5	2,02	1,45	4,52	3,01	11,23	8,34	93,65	66,29	23,89	17,91
TTK-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
510/04	Каша рисовая вязкая		130	110	2,00	1,69	3,58	3,03	19,91	16,85	119,85	101,41		
TTK-272н	Кисель из концентрата полусладкий		200	150	0,10	0,07	0,07	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		
	Полдник													
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
	Ужин													
TTK-495н	Десерт фруктовый Мандарин		100	100	17,96	17,47	11,63	11,06	52,81	48,72	387,77	364,32	42,04	42,02
TTK-396к	Тефтели 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		
TTK-475	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 "Рябинушка"		1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Итого стоимость питания в день				177,47 руб.	140,91 руб.								
	Итого													
					334,05	274,42	292,65	244,68	1 221,0	1 032,8	8 854,11	7 430,76	465,58	385,99

ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:
В среднем в день:

Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг				
	Дет. сад	Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Дет. сад	Ясли	C	C	
	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли		Дет. сад	Ясли	
	270,90	210,40	302,65	237,45	1306,0	1017,8	9039,35	7079,05	250,75	226,00
	54,18	42,08	60,53	47,49	261,20	203,56	1 807,87	1 415,81	50,15	45,20

Зам. Ген. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

Г. Н. Фазуллина

Л. Р. Миниянова

Л. Р. Загидуллина