

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
ООО "Школьное питание"
31.12.2025 г. Р.И. Мусина

СОСТАВЛЯЮЩИЙ
Заведующий МКУ "Детский сад Берёза"
(подпись)
Н.В. Кабанова
(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 08.12.2025г. по 12.12.2025 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				
Пн, 08 декабря 25													
Завтрак													
3/04	Булгур с сыром	30/5	20/5	51,15	45,63	44,81	40,64	236,01	198,91	1551,92	1347,93	44,08	36,91
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	10,68	7,82	8,86	7,12	49,26	35,67	319,55	238,05	2,12	1,59
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	2,40	1,60	0,90	0,80	15,30	10,20	78,90	52,60		
				6,63	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,30	149,34	1,37	1,03
				1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56
				3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
697/04	Молоко кипяченое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
				18,09	16,80	20,88	19,21	67,67	56,29	531,01	465,30	40,04	33,46
Обед													
ТТК-357н	Салат "Капуста квашеная"	50	40	0,85	0,70	2,51	2,01	4,26	3,40	43,11	34,49	14,00	11,20
149/04	Суп-паша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	8,00	7,48	7,18	6,86	10,85	8,14	140,01	122,36	1,93	1,63
0.Пр №321 от 07	Приготовленные рыбные "Кателы" с соусом томатным	50/30	50/30	4,23	4,23	6,72	6,72	4,20	4,20	94,18	94,18	1,57	1,57
520/04	Пюре картофельное	130	110	2,86	2,42	4,26	3,60	19,17	16,22	126,47	107,01	22,51	19,04
ТТК-257н	Напиток "Подорожниковый" из сухофруктов	200	150	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	78,92	69,94	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 полдник			19,32	17,95	12,42	11,67	114,02	102,89	645,13	588,35	0,55	0,49
337/04	Яблоко маленое	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
510/04	Каша гречневая вязкая	130	110	4,03	3,41	4,12	3,49	21,54	18,23	139,36	117,92		
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	0,78	0,58	0,13	0,10	17,56	13,16	74,47	55,85	0,25	0,19
ТТК-458	Ватрушка с повидлом	75	75	4,43	4,43	2,44	2,44	46,88	46,88	227,21	227,21	0,30	0,30
	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	14,88	59,33	72,61		
Итого стоимость питания в день													
	Вт, 09 декабря 25	170,64 руб	135,48 руб	80,52	64,2	64,73	53,15	214,02	178,28	1780,6	1445,2	72,91	58,65
Завтрак													
3/04	Булгур с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	10,69	7,01	12,20	9,16	46,39	34,81	338,12	249,70	2,51	1,86
151/04	Суп молочный с рисом	200	150	3,88	1,86	5,90	4,22	15,37	10,27	130,13	85,70	0,04	
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,76	2,82	3,78	2,84	15,74	11,80	117,99	84,00	1,30	0,98
				3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,96
				3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,64
698/04	Простокваша	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
				38,34	33,55	28,93	24,81	100,51	83,39	624,71	691,05	48,62	36,95
Обед													
ТТК-359н	Винегрет из овощей	50	40	1,23	0,98	3,55	2,84	3,75	3,00	51,88	41,50	6,71	5,37
124/04	Шу из са кап с карт с мясн-фрик. Сосиски со сметаной	200/25/10	150/25/5	7,92	7,38	9,52	9,36	8,44	6,34	151,13	130,15	37,11	27,88
ТТК-101н	Котлеты "Любимые"	75	50	8,93	7,98	11,85	9,36	7,65	6,84	172,91	143,50		
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	14,70	12,44	4,32	3,65	32,42	27,44	227,34	182,37		
707/04	Сок фруктовый разливной	200	150	1,00	0,75			20,20	15,15	84,80	63,60	4,80	3,60
	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	14,88	89,33	72,61		
	Уплотненный полдник			28,43	20,58	19,96	16,54	62,79	55,75	544,49	454,17	20,84	18,93

ТТК-436н	Десерт фруктовый и яблоко:	145	145	0,50	0,58	0,58	0,55	13,05	13,05	59,74	59,74	14,50	14,50
407/3	с/зус 35/1/1/1 Пудинг из творога с яблоками с соусом молочным сладким	150/15	100/30	24,65	16,55	12,97	9,55	25,48	19,71	317,22	232,27	8,34	4,36
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/20	150/20	3,20	3,15	6,41	6,40	24,26	22,99	167,53	162,16	0,10	0,07
	Хлеб белый	1/20	1/20										
	Итого стоимость питания в день	170,64 руб.	135,48 руб.	53,11	42,85	38,27	33,42	213,74	174,25	1 420,82	1 189,05	65,66	46,67
	Ср, 10 декабря 25												
	Завтрак												
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	11,09	8,34	7,66	6,36	62,21	46,56	362,17	276,73	2,12	1,85
311/04	Каша молочная вязкая (милкиз) с маслом	200/3	150/3	6,17	4,64	5,12	4,39	32,97	24,74	202,65	156,96	1,37	1,03
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	2,62	2,10	1,84	1,37	13,94	11,82	80,61	67,17	0,75	0,62
	Второй завтрак												
697/04	Молоко питьевое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
	Обед												
62/11	Салат из моркови с сахаром	50	40	25,74	19,17	19,34	14,92	79,15	60,98	693,57	464,82	69,56	43,77
110/2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	0,82	0,50	0,05	0,04	5,81	4,65	26,15	20,92	2,40	1,92
ТТК - 354н	Запеканка картофельная с мясом птицы с маслом	180/3	130/3	1,78	1,37	3,80	3,04	11,40	8,29	86,94	65,96	21,59	16,17
ТТК-265н	Компот "Фруктово-ягодный" из изюма	200	150	21,71	15,68	15,29	11,64	31,52	22,78	350,51	268,64	35,56	25,88
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,82	1,82	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Уплотненный полдник												
ТТК-2н	Зеленый горошек порциями	15	10	13,22	12,28	9,63	9,50	67,32	61,65	406,85	381,27	2,64	1,88
208/10	Макароны запеченные с яйцом с маслом	150/3	150/3	1,02	0,88	0,08	0,05	2,91	1,94	16,44	10,96	2,22	1,48
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	7,44	7,44	8,81	8,81	31,30	31,30	234,26	234,26	0,32	0,32
	Хлеб белый	1/20	1/20	0,20	0,15	0,05	0,04	5,06	3,79	21,50	16,12	0,10	0,08
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Итого стоимость питания в день	170,64 руб.	135,48 руб.	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
	Чт, 11 декабря 25												
	Завтрак												
2/04	Бутерброд с сыром	30/10/5	20/10/5	65,85	51,11	54,25	47,55	250,45	202,65	1 753,6	1 444,79	101,63	86,23
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	13,48	10,19	12,37	10,98	74,02	57,01	481,46	368,62	2,58	2,06
ТТК-195н	Какао с молоком полусладкое	180	150	2,45	1,65	4,52	4,22	21,23	16,13	135,44	109,14	0,10	0,10
	Второй завтрак												
695/04	Ацидофилн	100	100	7,99	6,00	5,33	4,54	37,51	28,14	230,02	177,49	1,31	0,98
	Обед												
ТТК-955	Салат "Бобовое зернышко"	50	40	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
132/2004	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5		3,02	3,02	2,70	2,70	4,32	4,32	53,68	53,68	0,86	0,86
132/04	Рассольник ленинградский со сметаной			3,02	3,02	2,70	2,70	4,32	4,32	53,68	53,68	0,86	0,86
ТТК-952	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/30	50/30	17,78	15,65	25,02	22,94	95,95	79,77	890,09	588,17	22,06	17,47
510/04	Каша пшеничная вязкая	130	110	1,37	1,10	2,60	2,08	6,00	4,80	52,83	42,27	6,09	4,87
				2,54		3,85		13,99		101,69		13,48	
				1,94		3,15		10,54		78,27		10,12	
				5,13		13,42		7,41		170,93		2,45	
				3,68		4,34		21,07		138,07		14,83	

ТТК-251*	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 белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,78	8,76	47,32	47,32		
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	99,33	72,61		
	Уплотненный полдник			31,56	22,24	14,16	11,15	76,16	61,76	558,37	438,32	76,13	75,84
ТТК-405н	Десерт фруктовый Апельсин	110	110	1,09	1,05			10,08	10,08	44,64	44,64	72,00	72,00
ТТК-341	Заправка "Сладкоуха" с соусом сметанным "Сластена"	150/15	100/30	28,59	19,32	13,90	10,90	41,04	30,39	403,68	296,08	0,83	0,57
666/04	Чай с лимоном	200/7	150/7	0,27	0,22	0,05	0,05	15,28	11,62	62,73	47,35	3,30	3,27
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Итого стоимость питания в день	170,64 руб	135,48 руб	63,81	46,73	31,9	26,42	231,46	190,66	1 498,29	1 187,25	63,85	60,77
	Пт, 12 декабря 25			12,24	9,21	7,75	6,43	68,94	51,62	384,52	301,10	2,03	1,58
	Завтрак			2,40	1,60	0,90	0,60	10,20	78,90	52,60			
3/04	Бульброд с сыром	30/5	20/5	7,32	5,51	5,21	4,46	36,70	29,80	235,01	181,33	1,28	0,95
30/204	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62
ТТК-343н	Кофейный напиток полуслесный	180	150	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
	Второй завтрак			3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
697/04	Молоко кипяченое	100	100	32,73	19,48	14,19	10,12	75,44	60,42	560,34	410,64	50,46	39,03
	Обед			0,95	0,76	2,55	2,04	5,16	4,13	47,40	37,92	29,83	23,86
20/2010	Салат из белокочанной капусты	50	40	2,05	1,54	2,13	1,59	15,98	11,98	91,23	68,42	19,28	14,46
133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	23,62	11,81	4,59	2,30	3,68	1,84	150,56	75,30	1,20	0,60
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	60/50	25/25	3,98	3,37	4,64	3,93	21,48	18,18	143,60	121,51		
ТТК-187а	Каша гречневая вязкая	130	110	0,51	0,38	0,08	0,08	19,38	14,53	80,23	60,17	0,15	0,11
ТТК-258к	Напиток "Плодово-ягодный" из урюка	200	160	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Хлеб белый	1/20	1/20	15,78	14,98	7,32	7,23	82,04	73,58	457,20	419,26	9,96	8,79
	Уплотненный полдник			5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	4,70	4,70	1,59	1,59	33,79	33,79	168,31	168,31	5,19	5,19
687/86	Пирожки печеные с картошкой	75	75	1,00	0,75			20,20	15,15	84,80	63,60	4,60	3,60
707/04	Сок фруктовый разливной	200	150	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	99,33	72,61		
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25										
	Итого стоимость питания в день	170,64 руб	135,48 руб	314,44	250,52	234,96	201,28	1 145,7	945,95	7 855,23	6 597,22	345,15	291,26
	Итого												

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	Дет. сад	С	С
		Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Дет. сад	Ясли	Дет. сад
		247,90	190,35	270,65	211,30	1175,4	919,25	8100,80	6300,50
		48,58	38,07	54,19	42,26	235,08	183,85	1 620,18	1 260,18
								45,23	40,28

Зам. Ген. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

Г. Н. Фазуллима

А. Р. Галина

Л. Р. Загидуллина