

"СОГЛАСОВАНО"
 Заведующий МБДОУ "Детский сад "Берёзка"
 (Исход)

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

М.А. ФУЛДИНОВА
 (Ф.И.О. и Подпись)



ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ г. ЗАЙНСК с 20.04.2026г. по 24.04.2026 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	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли								
Пн, 20 апреля 26																	
Завтрак																	
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	10,68	7,82	8,86	7,12	49,26	35,67	1554,47	1349,97	45,08	37,71	2,12	1,59		
31/104	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	2,40	1,60	0,90	0,60	15,30	10,20	319,55	238,05	2,12	1,59				
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	6,63	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,50	149,34	1,37	1,03				
Второй завтрак																	
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				
Обед																	
ТТК-357Н	Салат "Капуста квашеная" (б/лука)	50	40	0,90	0,72	2,78	2,22	4,27	3,42	45,06	36,53	15,00	12,00				
148/04	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	8,00	7,46	7,18	6,66	10,85	8,14	140,01	122,36	1,93	1,63				
0 Пр. №321 от 07	Фрикадельки рыбные "Капелька" 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 "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																	
Уплотненный полдник																	
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	19,32	17,95	12,42	11,67	114,02	102,89	645,13	588,35	0,55	0,49				
510/04	Каша гречневая вязкая	130	110	5,52	5,52	5,04	5,04	21,54	18,23	139,36	117,92						
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	0,78	0,58	0,13	0,10	17,55	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																	
Хлеб "Дарницкий"																	
		1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32						
		44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61						
		177,47 руб.	140,91 руб.														
Итого стоимость питания в день																	
Вт, 21 апреля 26																	
Завтрак																	
3/04	Бутерброд 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	1,96				
161/04	Суп молочный с рисом	200	150	3,76	2,82	3,78	2,84	15,74	11,90	111,99	84,00	1,30	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				
Второй завтрак																	
698/04	Гростокваша	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84				
Обед																	
ТТК-359н	Винегрет из овощей (без лука)	50	40	1,08	0,86	3,90	3,12	4,27	3,41	56,47	45,17	10,00	8,00				
124/04	Щи из св. кап с карт. с мясн. фрик. Останкин. со сметаной	200/25/10	150/25/5	7,92	7,38	9,52	8,36	8,44	6,34	151,13	130,15	37,11	27,98				
ТТК-101н	Котлеты "Любимые"	75	50	8,93	7,98	11,85	9,36	7,65	6,84	172,91	143,50						

