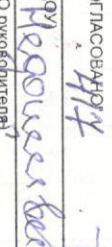


“УТВЕРЖДАЮ”
Генеральный директор
ООО “Школьное питание”

Р. И. Мурзина

“СОГЛАСОВАНО”
Начальник
Подпись: 
(ФИО руководителя)
(подпись)


ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСК с 13.10.2025г. по 17.10.2025 г.

№ п/д	Прием пищи, Наименование блюда	Дет. сад	Ясли	Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг	
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли		
													Белки
Пн, 13 октября 25													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	10,68	7,82	8,86	7,12	49,26	35,67	155,62	135,36	59,91	49,57
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	6,63	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	182,50	149,34	36,11	0,75
ТТК-437	Чай полупакетный с молоком	200	150	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56
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													
202/010	Салат из белокочанной капусты	50	40	0,95	0,76	2,55	2,04	5,16	4,13	47,40	37,92	29,83	23,86
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
10 Пр №321 от 07	Фрикадельки рыбные "Календья" 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 "Фруктово-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	Яблоко вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04	11,67	11,67	64,13	58,83	0,55	0,49
510/04	Каша гречневая вязкая	130	110	4,03	3,41	4,12	3,49	21,54	18,23	139,36	117,92	0,25	0,19
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полупакетный	200	150	0,78	0,58	0,13	0,10	17,55	13,16	74,47	55,85	0,30	0,30
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"													
Итого стоимость питания в день				170,64 руб.		135,49 руб.							
Вт, 14 октября 25													
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	138,12	129,70	2,51	1,96
161/04	Суп молочный с рисом	200	150	3,76	2,82	3,78	2,84	15,74	11,80	111,99	84,00	1,30	0,98
ТТК-198н	Какао с молоком полупакетное	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	Простокваша	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
Обед													
627/11	Салат из моркови с сахаром	50	40	0,62	0,50	0,05	0,04	5,81	4,65	26,16	20,92	2,40	1,92
124/04	Щи из св. кап. с мясом фрик. Останки 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		
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	14,70	12,44	4,32	3,65	32,42	27,44	227,34	192,37		

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	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	18,29	14,86	89,33	72,61		
	Уплотненный подпаник			28,43	20,58	19,96	16,54	62,79	55,75	544,49	454,17	20,94
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	145	145	0,58	0,58	0,58	13,05	13,05	59,74	59,74	14,50	14,50
440/10, соус 35/110г	пудинг из творога с яблоками с соусом молочным сладким	150/15	100/30	24,65	16,85	12,97	9,56	25,48	19,71	317,22	232,27	6,34
ТТК-475	Чай полушасткий 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
	Хлеб белый	1/20	1/20									0,07
	Итого стоимость питания в День	170,64 руб.	135,49 руб.									
	Ср, 15 октября 25			55,21	44,52	39,27	33,42	209,21	170,62	1 411,09	1 161,28	68,38
	Завтрак			11,09	8,34	7,66	6,36	62,21	46,56	362,17	276,73	2,12
30/4	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	2,40	1,60	0,90	0,60	15,30	10,20	78,90	52,60	1,65
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	6,17	4,64	5,12	4,39	32,97	24,74	202,66	156,96	1,37
ТТК-343н	Кофейный напиток полушасткий	180	150	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75
	Второй завтрак			3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	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
	Обед			27,84	20,84	19,34	14,92	74,62	57,35	583,84	447,05	45,93
ТТК-294н	Отуец свежий порциями	50	40	2,72	2,17	0,05	0,04	1,28	1,02	16,43	13,15	5,10
110/2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	1,79	1,37	3,80	3,04	11,40	8,29	86,94	65,96	21,59
ТТК - 394к	Запеканка картофельная с мясом птицы с маслом	180/3	130/3	21,71	15,68	15,29	11,64	31,52	22,78	350,51	258,64	35,56
ТТК-268н	Комлот "Плодово-ягодный" из изюма	200	150					20,66	15,50	82,64	61,98	
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	
	Уплотненный подпаник			13,22	12,28	9,63	9,50	67,32	61,65*	408,85	381,27	2,64
ТТК-2н	Зеленый горошек порциями	15	10	1,02	0,68	0,08	0,05	2,91	1,94	16,44	10,96	2,22
208/10	Макароны запеченные с сыром с маслом	150/3	150/3	7,44	7,44	8,81	8,81	31,30	31,30	234,26	234,26	0,32
ТТК-475	Чай полушасткий	200	150	0,20	0,15	0,05	0,04	5,06	3,79	21,50	16,12	0,10
	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	
	Итого стоимость питания в День	170,64 руб.	135,49 руб.									
	Чт, 16 октября 25			64,62	50,02	54,8	48,2	253,02	205,47	1 763,9	1 455,94	57,91
	Завтрак			13,49	10,19	12,37	10,86	74,02	57,01	461,46	366,62	2,58
2/04	Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	2,45	1,65	4,52	4,22	21,23	16,13	135,44	109,14	0,10
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
ТТК-198н	Какао с молоком полушасткое	180	150	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17
	Второй завтрак			3,02	3,02	2,70	2,70	4,32	4,32	53,68	53,68	0,86
698/04	Ацидофиллин	100	100	17,05	15,07	24,99	22,91	95,55	79,42	675,29	584,22	35,84
	Обед			0,67	0,53	2,57	2,05	5,09	4,07	46,12	36,89	20,00
ТТК № 473	Салат "Зайка"	50	40	1,92	1,32	3,95	3,15	14,50	10,92	170,93	135,44	10,01
132/2004	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	150/5	5,13	5,13	13,42	13,42	7,41	7,41	170,93	170,93	2,46
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/30	50/30	3,68	3,11	4,34	3,67	21,07	17,83	138,07	116,83	
510/04	Каша пшеничная вязкая	130	110	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03
ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	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	89,33	72,61	
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	31,06	21,74	14,74	11,73	79,13	64,72	573,47	451,42	18,63
	Уплотненный подпаник			0,58	0,58	0,58	0,58	13,05	13,05	59,74	59,74	14,50
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	145	145	28,59	19,32	13,90	10,90	41,04	30,39	403,68	296,98	0,83
ТТК-341	Запеканка "Сладковезка" с соусом сметанным "Сластена"	150/15	100/30	0,27	0,22	0,06	0,05	15,28	11,52	62,73	47,38	3,30
686/04	Чай с лимоном	200/7	150/7	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	
	Хлеб белый	1/20	1/20									
	Итого стоимость питания в День	170,64 руб.	135,49 руб.									
	Пт, 17 октября 25			63,21	58,06	32,37	29,09	228,78	190,34	1 459,34	1 255,35	40,19
	Завтрак			12,24	9,21	7,75	6,43	68,94	51,62	394,52	301,10	2,03

3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	2,40	1,60	0,90	0,60	15,30	10,20	78,90	52,60	1,28	0,96
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	7,32	5,51	5,21	4,46	39,70	29,80	235,01	181,33	0,75	0,62
ТТК-343н	Кофейный напиток полусливочный	180	150	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	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
14/10	Салат из свежих помидоров	50	40	0,35	0,28	3,02	2,42	2,46	1,97	38,45	30,76	6,17	4,93
133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	2,05	1,54	2,13	1,59	15,98	11,98	91,23	68,42	19,28	14,46
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	50/50	23,62	23,62	4,59	4,59	3,68	3,68	150,56	150,56	1,20	1,20
ТТК-187а	Каша гречневая вязкая	130	110	3,98	3,37	4,64	3,93	21,48	18,18	143,60	121,51	0,15	0,11
ТТК-258к	Напиток "Плодово-ягодный" из урюка	200	150	0,51	0,38	0,06	0,06	19,38	14,53	80,23	60,17	0,15	0,11
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	7,32	7,23	82,04	73,56	457,20	419,28	9,99	8,79
337/04	Уплотненный полдник	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04	33,79	33,79	168,31	168,31	5,19	5,19
687/96	Пирожки печенье с картофелем	75	75	4,70	4,70	1,59	1,59	20,20	15,15	84,80	63,60	4,80	3,60
707/04	Сок фруктовый разливной	200	150	1,00	0,75	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,49	0,40	18,29	14,96	89,33	72,61		
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39								
Итого стоимость питания в день		170,64 руб.	135,48 руб.	314,17	262	232,52	201,73	1 144	947	7 925,42	6 651,55	294,99	237,82
Итого													

		Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг	
		Дет. сад	Ясли	Белки	Ясли	Жиры	Углеводы	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	С	С
Итого за неделю:				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли
В среднем в день:				247,85	192,85	271,25	211,60	1176,0	919,30	8100,70	6304,05	225,75	202,85
				49,57	38,57	54,25	42,32	235,19	183,86	1 620,14	1 260,81	45,15	40,57

Зам. Ген. дир.
Экономист
Ведущий ин.

Г. Н. Фазулина
А. Р. Гатина
Л. Р. Загидулина



