

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"


R.I. Мусина



"СОГЛАСОВАНО"
Заведующий МБДОУ "Детский сад "Зернышко"

(Н.Н. Кулешова)
Кулешова Нина Николаевна
(ФИО руководителя)

(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 15.12.2025г. по 19.12.2025 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	С	
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли			Дет. сад	Ясли
	Пн, 15 декабря 25			62,91	56,64	49,27	43,59	221,52	176,93	1 581,29	1 326,59	38,39	29,19
	Завтрак			9,24	6,75	11,23	9,80	47,66	34,50	328,73	253,22	3,92	2,94
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71		
311/04	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-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17	2,55	1,91
	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	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
	Обед			32,13	30,02	19,98	16,80	83,25	61,98	641,37	519,14	32,35	24,32
52/11	Салат из свеклы отварной	50	40	0,91	0,73	3,06	2,45	5,33	4,27	52,49	41,99	6,06	4,85
134/04	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200/5	155	1,75	1,34	5,01	3,95	8,72	6,58	86,96	67,22	23,22	17,42
TTK-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	27,35	25,96	11,69	10,18	40,01	26,80	374,68	302,67	3,04	2,03
TTK-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	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Уплотненный полдник			18,48	16,81	15,42	14,35	85,55	75,39	554,96	498,00	0,75	0,56
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
TTK - 181а	Макароны отварные	130	110	4,59	3,88	4,29	3,63	31,56	26,70	183,26	155,06		
TTK-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56
TTK-814	Булочка домашняя	30	30	2,16	2,16	4,10	4,10	18,48	18,48	119,46	119,46		
	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.										
	Вт, 16 декабря 25			48,09	36,48	46,9	37,56	254,74	209,6	1 633,36	1 322,28	69,99	59,98
	Завтрак			13,92	9,43	15,81	12,59	69,38	52,00	475,53	359,02	2,07	1,58
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	3,88	1,65	5,90	4,22	15,37	10,27	130,13	85,70	0,04	
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	1,28	0,96
TTK-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62
	Второй завтрак			3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	0,72	0,72
698/04	Кефир	100	100	3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	0,72	0,72
	Обед			21,09	14,73	16,72	11,31	99,55	78,12	632,96	473,20	48,38	39,58
62/11	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
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	16,17
TTK 491н	Палочки рыбно-крупяные из минтая	2/40		10,75		7,84		15,74		176,51		1,73	
TTK 491н	Палочки рыбно-крупяные из минтая с овощ. (зелён.гор)		1/40/10		6,05		3,97		9,81		99,21		2,34

Пт, 19 декабря 25					61,37	45,67	63,31	47,86	246,24	197,19	1 800,14	1 402,25	137,68	122,73
Завтрак					13,05	9,86	13,05	11,38	68,12	51,12	442,22	346,34	2,48	1,96
1/04	Бутерброд с маслом		30/5	20/5	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71		
311/04	Каша молочная пшенная с маслом		200/3	150/3	7,55	5,67	6,01	5,05	37,47	28,11	234,22	180,63	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					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
Обед					17,64	13,02	34,42	24,90	80,44	63,99	701,94	532,16	66,98	52,72
TTK-66	Салат "Солнышко"		50	40	0,49	0,39	5,09	4,07	6,56	5,25	73,94	59,15	3,08	2,46
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной		200/10	150/5	1,95	1,39	4,57	3,05	8,09	5,96	81,28	56,88	36,71	27,34
TTK-649к	Биточки "Рябушка"		75	50	10,56	7,08	16,52	10,78	13,20	8,85	243,68	160,72		
216/04	Картофель тушеный		130	110	2,92	2,47	8,04	6,80	21,35	18,06	169,42	143,36	26,23	22,20
TTK-272н	Кисель из концентрата полусладкий		200	150	0,10	0,07			21,48	16,11	86,30	64,73	0,96	0,72
	Хлеб белый		1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
Уплотненный полдник					27,62	19,73	13,20	8,94	92,62	77,02	599,75	467,52	66,85	66,68
TTK-495н	Десерт фруктовый Апельсин		110	110	0,99	0,99			9,24	9,24	40,92	40,92	66,00	66,00
ттк-572н	Пудинг из творога "Пышка" с повидлом		150/30	100/30	21,87	14,58	12,46	8,30	50,27	39,37	400,68	290,55	0,75	0,60
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 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.										
Итого					314,95	257,46	264,21	218,77	1 150,7	932,35	8 240,52	6 728,03	345,76	291,75

	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг	
	Дет. сад	Ясли	Белки		Жиры		Углеводы		Дет. сад	Ясли	С	С
			Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли				
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:			247,90	190,35	270,95	211,30	1175,4	919,25	8100,80	6300,90	226,15	201,40
В среднем в день:			49,58	38,07	54,19	42,26	235,08	183,85	1 620,16	1 260,18	45,23	40,28

Зам. Ген. директора по производству и качеству



Г. Н. Фазуллина

Экономист по ценам

А. Р. Гатина

Ведущий инженер-технолог по производству

Л. Р. Загидуллина

