

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор

ООО "Школьные завтраки"

Р.И.Мурин

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"ШКОЛЬНЫЕ ЗАВТРАКИ"

Р.И.Мурин

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСКА С 08.12.2025г. по 12.12.2025 г.

№ ИД	Пример пищи, Наименование блюда	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				
Пн, 08 декабря 25													
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	61.15	45.63	44.81	40.64	236.01	199.91	1,551.92	1,347.93	44.08	36.91
31/04	Каша молочная "Геркулесовая" (кисломолочная) с маслом	200/3	150/3	6.03	4.98	6.66	5.54	26.50	19.88	192.50	149.34	1.37	1.03
ТТК-437	Чай каркаде/чай с лимоном	200	150	1.65	1.24	1.30	0.98	7.46	5.59	48.15	36.11	0.75	0.58
Второй завтрак													
68/04	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-357а	Салат "Капустный маринованный"	50	40	0.88	0.70	2.51	2.01	4.26	3.42	43.11	34.49	14.03	11.20
14/04	Суп овощной с картофелем и сельдереем	200/15	150/15	8.00	7.46	7.18	6.66	15.65	8.14	140.21	122.36	1.93	1.63
07/04	Пюре картофельное	50/30	50/30	4.23	4.23	6.72	6.72	4.20	4.20	94.18	94.18	1.57	1.57
ТТК-257а	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
Успокоительный полдник													
337/04	Яблоко вареное	1 шт	1 шт	5.52	5.52	5.04	5.04			67.44	67.44		
ТТК-253а	Каши гречневая каша	130	110	4.02	3.41	4.12	3.49	21.54	18.23	139.36	117.92		
ТТК-458	Пюре картофельное	200	150	0.78	0.58	0.13	0.10	17.55	13.18	74.47	55.85	0.25	0.19
ТТК-458	Чай каркаде	75	75	4.43	4.43	2.44	2.44	46.88	46.88	227.21	227.21	5.30	3.30
ТТК-458	Чай "Дарницкий"	120	120	1.62	1.62	0.20	0.20	9.76	9.76	47.32	47.32		
44/6	Чай "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, 09 декабря 25													
3/04	Бутерброд с сыром	30/5/5	20/5/5	61.15	45.63	44.81	40.64	236.01	199.91	1,551.92	1,347.93	44.08	36.91
31/04	Каша молочная (кисломолочная) с маслом	200	150	3.76	2.82	3.78	2.84	15.74	11.80	111.39	84.00	1.30	0.98
ТТК-198а	Каши с мякотью полупотопленные	180	150	3.05	2.54	2.52	2.10	15.28	12.74	96.00	80.00	1.17	0.98
Второй завтрак													
68/04	Молоко кипяченое	100	100	3.06	3.06	2.64	2.64	4.33	4.33	53.28	53.28	0.84	0.84
Обед													
ТТК-358а	Салат из овощей	50	40	1.23	0.99	3.55	2.84	3.75	3.00	51.88	41.50	6.71	5.37
14/04	Суп из овощей с картофелем и морковью	200/15/10	150/15/10	7.92	7.38	9.52	8.98	8.44	6.34	151.13	139.15	37.11	27.88
ТТК-107а	Колбасы "Дарницкий"	75	50	8.93	7.98	11.85	10.38	7.85	6.84	172.91	143.50		
ТТК-448	Пюре из яблок "Дарницкий"	130	110	4.14	3.42	4.32	3.65	32.42	27.44	227.34	193.37		
707/04	Сок фруктовый разлитый	200	150	1.00	0.75			20.20	15.15	84.80	63.60	4.80	3.60
ТТК-458	Чай каркаде	120	120	1.62	1.62	0.20	0.20	9.76	9.76	47.32	47.32		
44/6	Чай "Дарницкий"	44/6	36/25	2.94	2.39	0.49	0.40	18.29	14.86	89.33	72.61		
Успокоительный полдник													
ТТК-458а	Десерт фруктовый "Сладости"	145	145	28.43	20.58	19.86	15.54	62.79	50.75	544.49	454.17	20.94	18.93
07/04	Пюре картофельное	150/15	100/10	24.65	18.85	12.97	9.56	25.48	19.71	317.22	232.27	6.34	4.38
ТТК-475	Чай "Дарницкий"	200/20	150/20	3.20	3.15	4.41	4.40	24.26	22.99	167.83	162.16	0.10	0.07
Итого стоимость питания в день													
				170.64 руб.		135.49 руб.							
Ср, 10 декабря 25													
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	61.15	45.63	44.81	40.64	236.01	199.91	1,551.92	1,347.93	44.08	36.91
31/04	Каша молочная (кисломолочная) с маслом	200/3	150/3	6.03	4.98	6.66	5.54	26.50	19.88	192.50	149.34	1.37	1.03
ТТК-343а	Корейский салат с морковью	180	150	2.52	2.10	1.64	1.37	13.94	11.62	80.61	67.17	0.75	0.62
Второй завтрак													
68/04	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													
62/11	Салат из моркови с яблоком	50	40	0.62	0.50	0.05	0.04	6.81	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	89.94	65.96	21.59	16.17
ТТК-304а	Запеканка картофельная с мякотью тыквы и сметаной	180/3	130/3	21.71	15.68	15.29	11.64	31.52	22.78	350.51	258.84	35.56	25.88
ТТК-288а	Компот "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
Успокоительный полдник													
ТТК-5а	Десерт фруктовый "Сладости"	130	110	13.22	12.28	9.63	9.50	67.32	61.65	468.85	381.27	2.64	1.88
ТТК-5а	Десерт фруктовый "Сладости"	15	10	1.02	0.88	0.08	0.05	2.91	1.94	16.44	10.96	2.22	1.48
208/10	Макаронные изделия с соусом томатным	150/3	100/3	7.44	7.44	8.81	8.81	31.30	31.30	234.26	234.26	0.32	0.32
ТТК-475	Чай каркаде	200	150	0.20	0.15	0.05	0.04	5.98	3.79	21.50	16.12	0.10	0.08
ТТК-475	Чай каркаде	120	120	1.62	1.62	0.20	0.20	9.76	9.76	47.32	47.32		
44/6	Чай "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, 11 декабря 25													
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	61.15	45.63	44.81	40.64	236.01	199.91	1,551.92	1,347.93	44.08	36.91
31/04	Каша молочная (кисломолочная) с маслом	200/3	150/3	6.03	4.98	6.66	5.54	26.50	19.88	192.50	149.34	1.37	1.03
ТТК-198а	Каши с мякотью полупотопленные	180	150	3.05	2.54	2.52	2.10	15.28	12.74	96.00	80.00	1.17	0.98
Второй завтрак													
68/04	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-596	Салат "Богородица"	50	40	1.37	1.10	2.60	2.08	6.00	4.80	52.83	42.27	6.09	4.87
132/2004	Рисовый плов с морковью и луком	200/5	150/5	2.94	2.39	1.34	1.08	13.99	10.19	101.69	76.27	15.48	10.12
ТТК-462	Рисовый плов с морковью и луком	50/30	50/30	5.13	5.13	13.42	13.42	7.41	7.41	170.93	170.93	4.46	2.46
5/04	Каши молочная	130	110	3.68	3.11	4.34	3.87	21.07	17.83	138.07	118.83		
ТТК-257а	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
Успокоительный полдник													
337/04	Яблоко вареное	120	120	1.62	1.62	0.20	0.20	9.76	9.76	47.32	47.32		
44/6	Чай "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.							
Пт, 12 декабря 25													
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	61.15	45.63	44.81	40.64	236.01	199.91	1,551.92	1,347.93	44.08	36.91
302/04	Каша молочная (кисломолочная) с маслом	200/3	150/3	7.32	5.51	5.21	4.46	39.70	29.80	235.01	181.33	1.28	0.98
ТТК-343а	Корейский салат с морковью	180	150	2.52	2.10	1.64	1.37	13.94	11.62	80.61	67.17	0.75	0.62
Второй завтрак													
68/04	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													
209/2010	Суп овощной с картофелем и сельдереем	50	40	0.96	0.74	2.54	2.04	4.13	3.40	47.40	37.82	29.93	23.88
132/04	Рисовый плов с морковью и луком	200/5	150/5	2.94	2.39	1.34	1.08	13.99	10.19	101.69	76.27	15.48	10.12
ТТК-53а	Мама, ты такая красивая в душе	50/30	25/25	22.11	4.96	2.10	2.10	4.34	4.34	150.56	73.00	12.00	0.60
ТТК-541	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
ТТК-258	Напиток "Плодово-ягодный" из сока	200	150	0.51	0.38	0.08	0.08	19.38	14.53	80.23	60.17	0.11	0.11
132/04	Рисовый плов с морковью и луком	120	120	1.58	1.48	7.35	7.35	22.84	23.56	49.20	49.20	4.98	4.98
337/04	Яблоко вареное	1 шт	1 шт	5.52	5.52	5.04	5.04			67.44	67.44		
707/04	Сок фруктовый разлитый	75	75	4.70	4.70	2.54	2.54	33.79	33.79	168.32	168.32	5.19	5.19
707/04	Сок фруктовый разлитый	120	120	1.62	1.62	0.20	0.20	20.20	15.15	84.80	63.60	4.80	3.60
ТТК-458	Чай каркаде	120	120	1.62	1.62	0.20	0.20	9.76	9.76	47.32	47.32		
44/6	Чай "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.							
Суббота, 13 декабря 25													
				170.64 руб.		135.49 руб.							
Вс, 14 декабря 25													
				170.64 руб.		135.49 руб.							