

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

"СОГЛАСОВАНО"  
Менеджер Детский сад "Радуга"  
Гомарева А.Ф.  
(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСК с 10.03.2026г. по 13.03.2026 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				
<b>Вт, 10 марта 26</b>													
<b>Завтрак</b>													
304	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	2.40	1.60	0.90	0.60	15.30	10.20	78.90	82.80		
31104	Каша молочная "Геркулесовая" (изюм) с маслом	200/30	150/30	8.63	4.98	8.66	5.54	29.50	19.88	192.50	149.34	1.37	1.03
ТТК-437	Чай полусладкий с лимоном	200	150	1.65	1.24	1.30	0.96	7.46	5.59	48.15	36.11	0.75	0.56
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
<b>Обед</b>													
ТТК-357н	Салат "Капустя кашемянка" (булка)	50	40	0.90	0.72	2.78	2.22	4.27	3.42	45.66	36.53	15.00	12.00
148/04	Суп-паша 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
Ю Пр №02 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	4.28	3.60	19.17	16.27	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	120	120	1.62	1.62	0.20	0.20	9.76	9.76	47.32	47.32		
<b>Употребленный поддик</b>													
337/04	Ябло вареное	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-253н	Чай "Панановский" полусладкий	200	150	0.78	0.58	0.13	0.10	37.65	31.76	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	120	120	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		
<b>Итого стоимость питания в день</b>													
		177.47 руб.	140.91 руб.										
<b>Ср, 11 марта 26</b>													
<b>Завтрак</b>													
304	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	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	3.88	1.65	5.90	4.22	11.37	10.27	130.13	85.70	85.70	85.70	0.04	
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3.76	2.82	3.78	2.84	17.74	11.80	111.99	84.00	1.30	0.98
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
<b>Обед</b>													
ТТК-359 н	Винегрет из овощей (без лука)	50	40	1.07	0.86	3.89	3.12	4.43	3.54	57.04	45.64	9.95	7.96
124/04	Щи из св. сал. с мис. фин. Остатки от сметаной	200/25/10	150/25/5	7.82	7.38	9.52	8.36	8.44	5.34	151.13	150.15	37.11	27.98
ТТК-101н	Коллеты "Любимые"	75	50	8.93	7.98	11.85	9.36	7.65	6.84	172.91	143.50		
ТТК-446	Пюре из яблок "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	15.15	15.15	84.80	63.60	84.80	63.60	4.80	3.60
	Хлеб белый	120	120	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		
<b>Употребленный поддик</b>													
ТТК-456н	Десерт фруктовый Апельсин	145	145	28.43	20.58	19.98	16.56	62.79	55.75	544.40	454.17	20.94	18.83
30/10, оуп. 351/16	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	4.36
ТТК-475	Чай полусладкий с сгущенным сахаром	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	120	120										
<b>Итого стоимость питания в день</b>													
		177.47 руб.	140.91 руб.										
<b>Чт, 12 марта 26</b>													
<b>Завтрак</b>													
304	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	53.57	43.21	43.03	36.43	214	174.43	1,457.83	1,198.43	69.43	51.65
31104	Каша молочная манная (изюм) с маслом	200/30	150/30	11.09	8.34	7.66	6.36	62.21	46.56	362.17	276.73	2.12	1.65
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	2.82	2.10	1.64	1.37	13.94	11.62	80.61	67.17	0.75	0.62
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
<b>Обед</b>													
726/4	Икра морская	50	40	28.20	19.53	23.10	17.93	79.41	61.16	630.38	484.20	63.30	46.75
110/004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	1.04	0.83	3.81	3.05	5.84	4.67	61.88	49.50	5.89	4.71
ТТК - 394	Зеленая картошечка с мясом и помид.	180/3	130/3	21.71	15.68	15.29	11.64	31.52	22.78	350.51	258.64	35.56	25.68
ТТК-268н	Компот "Плодово-ягодный" из изюма	200	150					20.66	15.50	82.64	61.98		
	Хлеб белый	120	120	1.62	1.62	0.20	0.20	9.76	9.76	47.32	47.32		
<b>Употребленный поддик</b>													
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	1.48
208/10	Макаронные изделия с яблком с маслом	150/3	100/3	7.44	7.44	8.81	8.81	31.39	31.39	234.26	234.26	0.32	0.32
ТТК-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	120	120	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		
<b>Итого стоимость питания в день</b>													
		177.47 руб.	140.91 руб.										
<b>Пт, 13 марта 26</b>													
<b>Завтрак</b>													
204	Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	13.49	10.19	12.37	10.86	74.02	57.01	481.46	366.62	2.58	2.06
31104	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	2.45	1.65	4.52	4.22	21.23	16.13	135.44	106.14	0.10	0.10
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
698/04	Ацидофилн	100	100	3.02	3.02	2.70	2.70	4.32	4.32	53.68	53.68	0.86	0.86
<b>Обед</b>													
тк-996	Салат "Бобовое зернышко"	50	40	1.21	0.97	2.56	2.06	5.31	4.25	49.28	39.42	6.44	5.15
132/2004	Расходные изделия из сметаной	200/5	150/5	2.54	1.94	3.95	3.15	19.99	15.54	101.69	78.27	13.48	10.12
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/30	50/30	5.13	5.13	13.42	13.42	7.41	7.41	170.93	170.93	2.46	2.46
510/04	Каша пшеничная вязкая	130	110	3.68	3.11	4.34	3.67	21.07	17.83	138.07	116.83		
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	120	120	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		
<b>Употребленный поддик</b>													
ТТК-456н	Десерт фруктовый Апельсин	110	110	0.99	0.99	1.99	1.54	40.92	32.44	40.92	40.92	69.00	69.00
ТТК-341н	Зеленая "Сладкояма" с соусом сметанным "Сладостена"	150/15	100/30	28.59	19.32	13.90	10.90	41.04	30.39	403.68	296.98	0.83	0.57
886/04	Чай с лимоник	200/7	150/7	0.27	0.22	0.06	0.05	15.28	11.52	62.73	47.38	3.30	3.27
	Хлеб белый	120	120	1.62	1.62	0.20	0.20	9.76	9.76	47.32	47.32		
<b>Итого стоимость питания в день</b>													
		177.47 руб.	140.91 руб.										
<b>Итого</b>													
		250.7	203.82	207.41	178.34	913.64	754.64	6,524.19	5,438.96	286.64	241.14		

№ 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				
<b>ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:</b>													
		49.68	38.02	54.15	42.11	235.14	183.68	1,631.05	1,260.14	45.66	40.29		

Зам. Ген. д. *[Подпись]*  
Экономист *[Подпись]*  
Ведущий и *[Подпись]*

Г. Н. Фаузина  
А. Р. Гагина  
Л. Р. Закутлина