"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

_____ Р.И.Мусина

"СОГЛАСОВАНО"
МБДОУ "Детский сад "Радуга"
(№ДОУ)
Гончарова А.Ф.
(ФИО руководителя)
(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 23.12.2024г. по 28.12.2024 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, 23 декабря 24				72.65	66.49	53.89	48.51	239.42	198.8	1,733.35	1,497.79	38.86	29.63
Завтрак				12.71	9.70	10.79	8.91	50.97	36.97	351.79	266.89	4.88	3.67
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	3.87	3.07	2.32	2.02	15.30	10.20	97.54	71.24	0.04	0.04
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	8.68	6.51	8.42	6.86	29.88	22.42	230.02	177.48	2.29	1.72
ТТК-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				32.50	30.31	19.51	16.42	83.51	62.19	639.72	517.82	31.30	23.47
ТТК-1025	Салат "Радужный"	50	40	1.28	1.02	2.59	2.07	5.59	4.48	50.84	40.67	5.01	4.00
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
ТТК-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
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	1/20	1/20	1.62	1.62	0.20	0.20	9.76	9.76	47.32	47.32		
Уплотненный полдник				24.38	23.42	20.95	20.54	99.88	94.58	685.61	656.85	1.31	1.12
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5.52	5.52	5.04	5.04			67.44	67.44		
334/04	Макароны запеченые с сыром с маслом	145/3	145/3	8.75	8.75	10.12	10.12	36.41	36.41	271.76	271.76	0.09	0.09
ТТК-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
733/04	Оладьи с повидлом	50/10	50/10	3.90	3.90	3.80	3.80	27.96	27.96	161.61	161.61	0.47	0.47
	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		152.36 руб.	120.97 руб.										
Вт, 24 декабря 24				47.25	35.72	52.2	42.44	242.47	199.24	1,628.62	1,321.71	66.63	54.91
Завтрак				14.40	10.85	16.07	13.82	72.53	54.35	492.37	385.15	2.88	2.22
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		
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	9.23	6.93	6.85	5.68	42.85	32.15	269.98	207.45	2.13	1.60
ТТК-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				20.20	12.99	23.10	16.22	90.04	71.33	648.76	483.23	48.71	38.37
ТТК-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
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
ТТК-1026	Биточки рыбные "Морячка"	75	50	9.99	4.42	9.18	4.85	5.48	2.42	144.53	71.01	1.38	0.59
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-258к	Напиток "Плодово-ягодный" из урюка	200	150	0.51	0.38	0.08	0.06	19.38	14.53	80.23	60.17	0.15	0.11

	Хлеб "Дарницкий"	44.6	36.25	2.94	2.39	0.49	0.40	18.29	14.86	89.33	72.61		
	Хлеб белый	1/20	1/20	1.62	1.62	0.20	0.20	9.76	9.76	47.32	47.32		
Уплотненный полдник				9.65	8.88	10.44	9.81	75.76	69.42	435.64	401.48	14.32	13.60
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	100	0.40	0.40	0.40	0.40	9.00	9.00	41.20	41.20	10.00	10.00
510/04	Каша гречневая вязкая	130	110	4.03	3.41	4.12	3.49	21.54	18.23	139.36	117.92		
707/04	Сок фруктовый с печеньем сахарным в	180/18	150/18	3.60	3.45	5.72	5.72	35.46	32.43	207.76	195.04	4.32	3.60
	Хлеб белый	1/20	1/20	1.62	1.62	0.20	0.20	9.76	9.76	47.32	47.32		
Итого стоимость питания в день		152.36 руб.	120.97 руб.										
Ср, 25 декабря 24				87.22	64.03	48.46	40.59	190.37	154.59	1,546.58	1,239.81	174.13	141.36
Завтрак				14.02	11.14	11.63	9.83	55.97	43.27	384.68	306.13	3.39	2.66
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	1.47	1.47	1.42	1.42			18.64	18.64	0.04	0.04
302/04	Каша молочная пшенная с маслом	200/3	150/3	9.50	7.13	7.69	6.31	40.69	30.53	270.04	207.49	2.18	1.64
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				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				35.63	25.37	18.71	15.82	51.65	42.10	517.49	412.27	157.80	126.25
ТТК-359н	Винегрет из овощей	50	40	0.87	0.70	3.55	2.84	4.01	3.21	51.48	41.18	9.72	7.77
148/04	Суп лапша домашняя с мясными фрикадельками "Останкинские"	200/25	150/25	6.48	6.36	8.21	7.76	2.56	2.02	110.05	103.34	1.95	1.62
ТТК - 416к	Капуста тушеная с мякотью птицы	50/150	30/120	26.56	16.62	6.75	5.02	13.84	11.00	222.34	155.70	145.17	116.14
ТТК-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				34.51	24.46	15.48	12.30	77.69	64.16	588.18	465.18	11.57	11.08
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	100	0.40	0.40	0.40	0.40	9.00	9.00	41.20	41.20	10.00	10.00
К-521н, соусТТК-4	Запеканка из творога "Ягодка" с соусом сметанным "Сластена"	150/15	100/30	29.35	19.90	14.34	11.26	35.58	26.75	388.83	287.93	1.47	1.00
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	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		152.36 руб.	120.97 руб.										
Чт, 26 декабря 24				49.05	40.54	66.9	55.16	204.46	169.37	1,616.15	1,335.96	73.2	57.85
Завтрак				10.98	8.49	15.20	13.25	50.73	39.27	383.68	310.21	3.04	2.34
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	0.05	0.05	3.62	3.63	0.07	0.07	33.10	33.11		
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	8.21	6.17	6.88	5.71	36.35	27.27	240.19	185.11	2.29	1.72
ТТК-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				3.06	3.06	2.64	2.64	4.33	4.33	53.28	53.28	0.84	0.84
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				21.40	16.05	32.90	23.70	95.45	76.33	763.44	582.82	69.03	54.41
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
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
ТТК-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
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	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		
Уплотненный полдник				13.61	12.94	16.16	15.57	53.95	49.44	415.75	389.65	0.29	0.26
340/04	Омлет натуральный	53	53	5.06	5.06	6.39	6.39	0.75	0.75	80.75	80.75	0.19	0.19
510/04	Каша пшеничная вязкая	130	110	4.03	3.41	3.80	3.22	21.10	17.86	134.75	114.02		
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/18	150/18	2.90	2.85	5.77	5.76	22.34	21.07	152.93	147.56	0.10	0.07
	Хлеб белый	1/20	1/20	1.62	1.62	0.20	0.20	9.76	9.76	47.32	47.32		
Итого стоимость питания в день		152.36 руб.	120.97 руб.										
Пт, 27 декабря 24				83.18	62.17	45.74	37.06	249.03	194.46	1,740.49	1,360.05	32.97	28.64

Завтрак				11.81	9.48	10.82	9.23	51.63	40.01	351.13	280.97	3.50	2.74
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	1.47	1.47	1.42	1.42			18.64	18.64	0.04	0.04
311/04	Каша молочная рисовая жидкая с маслом	200/3	150/3	7.29	5.47	6.88	5.71	36.35	27.27	236.49	182.33	2.29	1.72
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				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				34.49	25.68	17.23	13.24	98.97	73.86	688.87	517.36	13.97	10.69
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
139/04	Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы	200/15	150/15	10.56	9.41	7.00	6.53	15.88	11.99	168.80	144.41	9.93	7.63
ТТК-247к	Гречка с говядиной "Батыр"	40/160	25/110	21.68	14.14	9.97	6.47	50.86	34.96	379.86	254.66	1.44	0.99
ТТК-503	Напиток "Плодово-ягодный" ассорти	200	150	0.01	0.01	0.01		16.66	12.50	66.73	50.05	0.20	0.15
	Хлеб белый	1/20	1/20	1.62	1.62	0.20	0.20	9.76	9.76	47.32	47.32		
Уплотненный полдник				33.82	23.95	15.05	11.95	93.37	75.53	644.26	505.49	14.13	13.84
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	100	0.40	0.40	0.40	0.40	9.00	9.00	41.20	41.20	10.00	10.00
ТТК-341	Запеканка "Сладкоежка" с соусом сметанным	150/15	100/30	28.59	19.32	13.90	10.90	41.04	30.39	403.68	296.98	0.83	0.57
686/04	Чай с лимоном	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	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		152.36 руб.	120.97 руб.										
Сб, 28 декабря 24				40.09	34.58	47.67	43.64	211.47	179.59	1,435.31	1,249.58	65.62	57.88
Завтрак				14.13	11.20	13.13	11.13	55.04	42.49	394.87	314.97	2.97	2.30
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	1.47	1.47	1.42	1.42			18.64	18.64	0.04	0.04
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	9.94	7.46	7.01	5.80	40.73	30.56	265.84	204.34	2.18	1.64
ТТК-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				0.50	0.50			10.10	10.10	42.40	42.40	2.40	2.40
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0.50	0.50			10.10	10.10	42.40	42.40	2.40	2.40
Обед				15.32	13.68	23.94	22.04	86.47	72.81	622.58	544.33	30.09	23.78
ттк№357н	Салат "Капуста квашеная"	50	40	0.88	0.70	2.51	2.01	4.26	3.40	43.11	34.49	14.00	11.20
132/2004	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	150/5	2.54	1.92	3.95	3.15	13.99	10.92	101.69	79.70	13.48	10.01
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
516/04	Макаронные изделия отварные	130	110	4.64	3.93	3.78	3.20	31.67	26.79	179.30	151.72		
ТТК-258к	Напиток "Плодово-ягодный" из урюка	200	150	0.51	0.38	0.08	0.06	19.38	14.53	80.23	60.17	0.15	0.11
	Хлеб белый	1/20	1/20	1.62	1.62	0.20	0.20	9.76	9.76	47.32	47.32		
Уплотненный полдник				10.14	9.20	10.60	10.47	59.86	54.19	375.46	347.88	30.16	29.40
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
261/2004	Картофельное пюре запеченное с маслом	150/3	150/3	4.36	4.36	9.78	9.78	23.84	23.84	200.87	200.87	27.84	27.84
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	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		152.36 руб.	120.97 руб.										
Итого				379.44	303.53	314.86	267.4	1,337.2	1,096.1	9,700.5	8,004.9	451.41	370.27

	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			Дет. сад	Ясли
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:			246.20	191.95	272.40	212.85	1179.4	916.40	8103.75	6300.75	226.20	200.85
В среднем в день:			49.24	38.39	54.48	42.57	235.87	183.28	1,620.75	1,260.15	45.24	40.17

Зам. Ген. директора по производству и качеству

Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам

А. Р. Гатина

Ведущий инженер-технолог по производству

Л. Р. Загидуллина