

"УТВЕРЖДАЮ"  
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р. И. Мусина



ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 27.04.2026г. по 30.04.2026 г.

№ ИД	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>Пн, 27 апреля 26</b>														
Завтрак														
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	9,24	6,75	56,69	49,27	43,59	221,87	177,21	1 582,97	1 327,94	38,79	29,51
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71			
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	
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														
52/11	Салат из свеклы отварной	50	40	0,97	0,78	3,06	2,45	5,68	4,55	54,17	43,34	6,46	5,17	
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 "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	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32			
Уплотненный полдник														
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	18,48	16,81	15,42	14,35	85,55	75,39	554,96	498,00	0,75	0,56	
ТТК - 181а	Макаронные изделия	130	110	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44			
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	4,59	3,88	4,29	3,63	31,56	26,70	183,26	155,06			
ТТК-814	Булочка домашняя	30	30	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56	
	Хлеб белый	1/20	1/20	2,16	2,16	4,10	4,10	18,48	18,48	119,46	119,46			
	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>		<b>177,47 руб</b>	<b>140,91 руб.</b>											
<b>Вт, 28 апреля 26</b>														
Завтрак														
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	13,92	9,43	15,81	12,59	69,38	52,00	475,53	359,02	2,07	1,58	
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	3,88	1,65	5,90	4,22	15,37	10,27	130,13	85,70	0,04		
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	7,32	5,51	5,21	4,46	39,70	29,80	235,01	181,33	1,28	0,96	
698/04	Ряженка	100	100	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62	
Второй завтрак														
ТТК-528н	Салат "Сельский"	50	40	3,09	3,09	6,18	6,18	4,22	4,22	84,87	84,87	0,31	0,31	
110/2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	21,81	15,30	23,72	16,91	97,73	76,64	691,62	520,06	53,72	43,84	
ТТК 499н	Палочки рыбо-крупяные из минтая	2/40	1/40/10	1,30	1,04	7,05	5,64	3,76	3,01	83,73	66,98	7,48	5,99	
ТТК 491к	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ (зелен гор)			1,83	1,40	3,80	3,04	11,63	8,45	88,03	66,76	21,85	16,36	
520/04	Пюре картофельное	130	110	10,75	7,84			15,74		176,51		1,73		
				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	5,11
	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		
	<b>Уплотненный полдник</b>												
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	140	140	10,06	9,30	11,76	11,05	81,22	74,89	470,96	436,15	18,32	17,60
ТТК-187а	Каша гречневая вязкая	130	110	3,98	3,37	4,64	3,93	21,48	18,18	143,60	57,68	14,00	14,00
	Сок фруктовый с печеньем сахарным в ассортименте	180/20	150/20	3,90	3,75	6,36	6,36	37,38	34,35	222,36	209,64	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		
	<b>Итого стоимость питания в день</b>	<b>177,47 руб.</b>	<b>140,91 руб.</b>										
	<b>Ср, 29 апреля 26</b>			<b>82,44</b>	<b>69,39</b>	<b>46,76</b>	<b>40,75</b>	<b>200,27</b>	<b>161,3</b>	<b>1 551,67</b>	<b>1 289,47</b>	<b>113,13</b>	<b>100,79</b>
	<b>Завтрак</b>												
2/04	Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	10,75	8,13	12,16	10,71	69,48	53,61	430,41	343,33	2,64	2,11
311/04	Каша молочная рисовая жидкая с маслом	200/3	150/3	2,45	1,65	4,52	4,22	21,23	16,13	135,44	109,14	0,10	0,10
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	5,25	3,94	5,12	4,39	32,97	24,74	198,97	154,19	1,37	1,03
	<b>Второй завтрак</b>												
697/04	Молоко кипяченое	100	100	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
	<b>Обед</b>												
ТТК-357н	Салат "Капуста квашеная" (б/лука)	50	40	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
148/04	Суп лапша домашняя с мясными фрикадельками "Останкинские"	200/25	150/25	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 "Капуста квашеная" (б/лука)	50	40	35,17	33,88	18,85	16,50	55,46	42,65	532,07	454,65	42,14	30,43
148/04	Суп лапша домашняя с мясными фрикадельками	200/25	150/25	0,90	0,72	2,78	2,22	4,27	3,42	45,66	36,53	15,00	12,00
	<b>Останкинские"</b>												
ТТК № 338к	Рагу из мякоти птицы	50/150	50/100	6,48	6,36	8,21	7,76	2,56	2,02	110,05	103,34	1,95	1,62
ТТК-503	Напиток "Плодово-ягодный" ассорти	200	150	26,16	25,17	7,65	6,32	22,21	14,95	262,31	217,41	24,99	16,66
	Хлеб белый	1/20	1/20	0,01	0,01	0,01		16,66	12,50	66,73	50,05	0,20	0,15
	<b>Уплотненный полдник</b>												
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	110	110	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
ТТК - 341н	Творожник "Зебра" с соусом сметанным Сладсена	150/15	100/30	33,46	24,32	13,11	10,90	70,27	59,98	532,96	435,26	66,98	66,88
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,99	0,99			9,24	9,24	40,92	40,92	66,00	66,00
	Хлеб белый	1/20	1/20	27,71	19,17	12,37	10,26	27,92	22,33	333,89	258,29	0,88	0,80
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	0,20	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	0,10	0,08
	<b>Итого стоимость питания в день</b>	<b>177,47 руб.</b>	<b>140,91 руб.</b>	<b>2,94</b>	<b>2,39</b>	<b>0,49</b>	<b>0,40</b>	<b>18,29</b>	<b>14,86</b>	<b>89,33</b>	<b>72,61</b>		
	<b>Чт, 30 апреля 26</b>			<b>60,39</b>	<b>49,56</b>	<b>55,21</b>	<b>46,68</b>	<b>227,54</b>	<b>186,26</b>	<b>1 648,65</b>	<b>1 363,36</b>	<b>23,67</b>	<b>19,04</b>
	<b>Завтрак</b>												
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	11,29	8,51	10,72	8,90	62,58	46,87	391,95	301,55	2,12	1,65
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	2,40	1,60	0,90	0,60	15,30	10,20	78,90	52,60		
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	6,17	4,64	5,12	4,39	32,97	24,74	202,66	156,96	1,37	1,03
	<b>Второй завтрак</b>												
698/04	Простокваша	100	100	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62
	<b>Обед</b>												
35/2010	Салат из свеклы с яблоком	50	40	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
139/04	Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы	200/15	150/15	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
ТТК-992	Мясо "Нежное" в соусе	40/50	25/25	32,06	24,68	25,04	18,92	94,54	75,97	731,83	573,02	17,22	13,09
510/04	Каша перловая вязкая	130	110	0,74	0,59	2,60	2,08	6,84	5,47	53,74	43,00	6,04	4,83
ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	150	10,56	9,41	7,00	6,53	15,88	11,99	168,80	144,41	9,93	7,63
	Хлеб белый	1/20	1/20	13,06	8,06	11,12	6,64	3,68	1,84	167,03	99,39	1,22	0,61
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,64	2,24	3,61	3,05	20,66	17,48	125,69	106,35		
	<b>Уплотненный полдник</b>												
340/04	Омлет натуральный	53	53	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
510/04	Каша пшеничная вязкая	130	110	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
686/04	Чай с лимоном с печеньем сахарным в ассортименте	200/7/20	150/7/20	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
	Хлеб белый	1/20	1/20	13,98	13,31	16,81	16,22	66,09	59,09	471,59	435,51	3,49	3,46
	<b>Итого стоимость питания в день</b>	<b>177,47 руб.</b>	<b>140,91 руб.</b>	<b>5,06</b>	<b>5,06</b>	<b>6,39</b>	<b>6,39</b>	<b>0,75</b>	<b>0,75</b>	<b>80,75</b>	<b>80,75</b>	<b>0,19</b>	<b>0,19</b>
	<b>Итого стоимость питания в день</b>	<b>177,47 руб.</b>	<b>140,91 руб.</b>	<b>4,03</b>	<b>3,41</b>	<b>3,80</b>	<b>3,22</b>	<b>21,10</b>	<b>17,86</b>	<b>134,75</b>	<b>114,02</b>	<b>3,30</b>	<b>3,27</b>

<b>Итого</b>	254.68	212.76	208.71	177.75	902.23	732.52	6 506.27	5 380.87	250.01	212.67
--------------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	----------	----------	--------	--------

	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
<b>ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:</b>			198.68	152.76	216.72	169.76	942.24	6506.28	5040.84	180.80	160.68
<b>В среднем в день:</b>			49.67	38.19	54.18	42.44	235.56	1 626.57	1 260.21	45.20	40.17

Зам. Ген. директора по производству и качеству  
 Экономист по ценам  
 Ведущий инженер-технолог по производству

*Г. Н. Фазуллина*  
*А. Р. Гатина*  
*Л. Р. Загидуллина*

Г. Н. Фазуллина  
 А. Р. Гатина  
 Л. Р. Загидуллина