

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р. И. Мусина



ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК 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				
Вт, 10 марта 26													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	10,68	7,82	8,86	7,12	49,26	35,67	319,55	238,05	2,12	1,59
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	2,40	1,60	0,90	0,60	15,30	10,20	78,90	52,60		
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	1,37	1,03
Второй завтрак													
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													
ТТК-357н	Салат "Капуста квашеная" (б/лука)	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-лапша 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
10 Пр №321 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	4,26	3,60	19,17	16,22	126,47	107,01	22,51	19,04
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	19,32	17,95	12,42	11,67	114,02	102,89	645,13	588,35	0,55	0,49
510/04	Каша гречневая вязкая	130	110	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	0,78	0,58	0,13	0,10	17,55	13,16	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	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		177,47 руб	140,91 руб	80,36	64,07	65,07	53,43	214,7	178,82	1765,76	1452,34	76,15	61,27
Ср, 11 марта 26													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	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	200	150	3,88	1,65	5,90	4,22	15,37	10,27	130,13	85,70	0,04	
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,76	2,82	3,78	2,84	15,74	11,80	111,99	84,00	1,30	0,98
Второй завтрак													
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													
ТТК-359 н	Винегрет из овощей (без лука)	50	40	38,18	33,42	30,27	25,09	101,19	83,93	829,87	695,19	51,86	39,54
124/04	Щи из св. кап с карт с мясн фрик. Останкин со сметаной	200/25/10	150/25/5	1,07	0,86	3,89	3,12	4,43	3,54	57,04	45,64	9,95	7,96
ТТК-101н	Котлеты "Любимые"	75	50	7,92	7,38	9,52	8,36	8,44	6,34	151,13	130,15	37,11	27,98

Итого												250,7	203,82	207,41	178,34	913,64	754,64	6 524,19	5 438,96	286,64	241,14
												Пищевые вещества, г						Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг	
												Масса порции, г		Белки		Жиры		Углеводы		Дет сад	Ясли
		Дет сад	Ясли	Дет сад	Ясли	Дет сад	Ясли	Дет сад	Ясли	Дет сад	Ясли	Дет сад	Ясли								
				198,72	152,08	216,60	168,44	940,56	734,64	6524,20	5040,56	182,64	161,16								
				49,68	38,02	54,15	42,11	235,14	183,66	1 631,05	1 260,14	45,66	40,29								
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:																					
В среднем в день:																					

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