

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

"СОГЛАСОВАНО"
 (подпись) *Гиреева*
 (ФИО руководителя)
 (подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК С 05.02.2024г. по 09.02.2024 г.

№ п/п	№ Д	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					
		Пн, 05 февраля 24													
		Завтрак													
3/04		Бутерброд с сыром	30/5	20/5	11,76	9,01	9,84	8,19	51,09	37,05	340,01	257,99	5,19	3,90	
ТТК-360Н		Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	200/3	150/3	3,68	2,94	2,24	1,95	15,42	10,28	96,59	70,46	0,04	0,04	
ТТК-253Н		Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	7,92	5,95	7,55	6,21	29,88	22,42	219,19	169,36	2,60	1,95	
		Второй завтрак													
697/04		Молоко кипяченое	100	100	0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17	2,55	1,91	
		Обед													
52/11		Салат из свежлы отварной	50	40	34,58	32,16	20,47	17,22	103,59	79,81	736,93	602,85	29,15	21,94	
134/04		Суп крестьянский с крупой со сметаной	200/5	150/5	0,97	0,78	3,06	2,45	5,68	4,55	54,17	43,34	6,46	5,17	
ТТК-417		Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	1,64	1,26	5,01	3,94	8,44	6,37	85,35	66,01	19,62	14,72	
ТТК-257Н		Напиток "Флодово-ягодный" из сухофруктов	200	150	27,35	25,96	11,69	10,18	40,01	26,80	374,68	302,67	3,04	2,03	
		Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02	
		Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46			
		Уплотненный полдник													
337/04		Яйцо вареное	1 шт	1 шт	21,36	20,93	21,89	20,12	81,80	79,90	609,67	584,38	1,31	1,12	
334/04		Макаронны запеченные с сыром с маслом	145/5	145/3	5,52	5,52	5,04	5,04	36,44	36,41	285,01	271,76	0,09	0,09	
ТТК-437		Чай полусладкий с молоком	200	150	8,77	8,75	11,57	10,12	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56	
733/04		Оладьи с повидлом	50/10	50/10	1,65	1,24	1,30	0,98	27,96	27,96	161,61	161,61	0,47	0,47	
		Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46			
		Итого стоимость питания в день	152,36 руб. 120,97 руб.												
		Вт, 06 февраля 24													
		Завтрак													
1/04		Бутерброд с маслом	46,31	34,92	46,91	37,44	241,34	198,94	1 572,71	1 272,32	63,83	52,76			
302/04		Каша молочная ячневая с маслом	14,22	10,73	16,04	13,80	72,65	54,43	491,86	384,81	2,88	2,22			
ТТК-343Н		Кофейный напиток полусладкий	2,27	1,53	4,49	4,21	15,49	10,35	111,49	85,37					
		Итого стоимость питания в день	180 150/3												

698/04	Кефир	100	100	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	0,72	0,72
Второй завтрак												
62/11	Обед											
110/2004	Салат из моркови с сахаром	50	40	0,62	0,50	0,05	5,81	4,65	26,16	20,92	2,40	1,92
ТТК-1026	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	150/5	1,89	1,35	4,55	11,62	8,31	94,93	65,95	19,47	14,56
520/04	Биточки рыбные "Морячка"	75	50	9,99	4,42	9,18	4,85	5,48	144,53	71,01	1,38	0,59
ТТК-258к	Пюре картофельное	130	110	2,86	2,42	4,26	19,17	16,22	126,47	107,01	22,51	19,04
	Напиток "Плодово-ягодный" из урюка	200	150	0,51	0,38	0,08	19,38	14,53	80,23	60,17	0,15	0,11
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,60	2,27	0,51	20,09	17,58	95,35	83,43		
Уплотненный полдник												
ТТК-495Н	Десерт фруктовый Яблоко	100	100	9,10	8,33	9,47	73,06	66,72	413,87	379,71	14,32	13,60
510/04	Каша гречневая вязкая	130	110	4,03	3,41	4,12	21,54	18,23	139,36	117,92	10,00	10,00
707/04	Сок фруктовый с пectинем сахарным в ассортименте	180/15	150/15	3,15	3,00	4,77	32,58	29,55	185,85	173,13	4,32	3,60
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
Итого стоимость питания в день												
Ср, 07 февраля 24												
2/04	Завтрак	152,36 руб.	120,97 руб.	91,02	69,38	48,46	219,44	174,63	1 678,14	1 343,35	145,76	109,74
302/04	Бутерброд с повидлом			14,82	11,20	14,70	77,32	59,48	500,97	396,29	3,45	2,72
ТТК-198Н	Каша молочная пшеничная с маслом	30/10/5	20/10/5	2,27	1,53	4,49	21,35	16,21	134,93	108,80	0,10	0,10
697/04	Какао с молоком полусладкое	200/3	150/3	9,50	7,13	7,69	40,69	30,53	270,04	207,49	2,18	1,64
	Молоко кипяченое	180	150	3,05	2,54	2,52	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
	Молоко кипяченое	100	100	3,06	3,06	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
ТТК-996	Салат "Бобовое зёрнышко"	50	40	39,48	31,87	17,96	74,07	60,96	615,83	509,17	126,15	95,09
148/04	Суп лапша домашняя с мясными фрикадельками	225	150/25	1,41	1,13	2,60	6,25	5,00	54,05	43,24	6,37	5,10
	"Останкинские"			6,48	6,36	8,21	2,56	2,02	110,05	103,34	1,95	1,62
ТТК-416к	Капуста тушеная с мякотью птицы	50/150	30/120	27,37	20,52	6,46	13,75	10,31	222,62	166,97	116,87	87,65
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 "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,60	2,27	0,51	20,09	17,58	95,35	83,43		
Уплотненный полдник												
ТТК-495Н	Десерт фруктовый Яблоко	140	100	33,66	23,25	13,16	62,99	49,13	505,11	381,66	14,79	10,56
ТТК-1019	Сырники "Домашние" из творога с соусом сметанным	150/15	100/30	0,56	0,40	0,56	12,60	9,00	57,68	41,20	14,00	10,00
	"Сластёна"			31,38	21,18	12,37	35,39	26,40	378,47	276,88	0,69	0,48
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,20	0,15	0,05	5,06	3,79	21,50	16,12	0,10	0,08
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
Итого стоимость питания в день												
Чт, 08 февраля 24												
3/04	Завтрак	152,36 руб.	120,97 руб.	52,76	43,31	65,62	210,77	173,78	1 644,69	1 350,44	75,78	60,07
311/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	14,61	11,38	13,82	66,08	49,48	447,17	347,56	3,08	2,38
ТТК-343Н	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	3,68	2,94	2,24	15,42	10,28	96,59	70,46	0,04	0,04
698/04	Кофейный напиток полусладкий	180	150	8,21	6,17	6,88	36,35	27,27	240,19	185,11	2,29	1,72
	Второй завтрак			2,72	2,27	4,70	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62
	Простокваша	100	100	3,06	3,06	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
ТТК-92Н	Винегрет из овощей	50	40	22,03	16,48	33,97	89,11	73,23	750,26	581,72	71,57	56,59
	Обед			1,02	0,81	3,55	4,28	3,43	53,16	42,53	9,18	7,34

124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/5	1,76	1,26	4,56	3,04	7,60	5,61	78,48	54,86	30,47	22,84
ТТК-650	Котлеты "Челнинские"	75	50	12,09	8,06	17,09	11,42	9,30	6,20	239,33	159,79	0,56	0,37
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-265Н	Компот "Плодово-ягодный" из красной смородины	200	150	0,12	0,09	0,04	0,03	16,55	12,41	67,06	50,29	5,13	3,84
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,43		
	Уплотненный полдник			13,06	12,39	15,19	14,60	51,25	46,74	393,98	367,88	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	200/15	150/15	2,45	2,40	4,82	4,81	19,46	18,19	131,02	125,65	0,10	0,07
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Итого стоимость питания в день	152,36 руб.	120,97 руб.										
	Пт, 09 февраля 24			84,7	62,77	51,44	41,85	270,79	209,65	1 884,92	1 466,31	62,57	49,27
	Завтрак												
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	12,61	9,54	13,89	12,02	67,12	50,36	443,98	347,70	3,46	2,70
311/04	Каша молочная рисовая жидкая с маслом	200/3	150/3	2,27	1,53	4,49	4,21	15,49	10,35	111,49	85,37		
ТТК-198Н	Какао с молоком полусладкое	180	150	7,29	5,47	6,88	5,71	36,35	27,27	236,49	182,33	2,29	1,72
	Второй завтрак			3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
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			38,09	28,71	20,21	15,66	119,75	93,38	813,16	629,36	39,61	31,36
20/2010	Салат из белокочанной капусты	50	40	0,78	0,62	2,54	2,03	4,69	3,76	44,75	35,80	23,92	19,14
139/04	Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы	200/15	150/15	10,61	9,41	7,01	6,53	15,99	11,99	169,42	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
707/04	Сок фруктовый разливной	180	150	0,90	0,75			18,18	15,15	76,32	63,60	4,32	3,60
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,43		
	Уплотненный полдник			30,94	21,46	14,70	11,53	78,86	60,85	571,55	433,02	18,13	13,84
ТТК-495Н	Десерт фруктовый Яблоко	140	100	0,56	0,40	0,56	0,40	12,60	9,00	57,68	41,20	14,00	10,00
ТТК-341	Запеканка "Сладкоежка" с соусом сметанным "Сластена"	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 "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Итого стоимость питания в день	152,36 руб.	120,97 руб.										
	Итого			345,55	275,54	267,27	221,84	1 183,9	958,82	8 523,3	6 933,87	384,96	300,17

		Пищевые вещества, г.				Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг		
Масса порции, г.		Белки	Жиры	Углеводы	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	С	С
	Дет. сад									
	Ясли									
	Дет. сад	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад
	Ясли	272,0	302,3	1305,8	1016,8	7081,6	251,4	227,3	251,4	227,3
	Дет. сад	54,40	60,45	261,16	203,35	1 416,31	50,28	45,45	50,28	45,45
	Ясли									
	Дет. сад									
	Ясли									

ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:
В среднем в день:

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

Г. Н. Мартынова

А. Р. Галина

Л. Р. Загидуллина

