

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



(ФИО руководителя)
 (подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСК с 08.07.2024г. по 12.07.2024 г.

№ п/п	Прием пищи, Наименование блюда	Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг			
		Масса порции, г.		Белки		Жиры		Углеводы		С			
		Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли		
	Пн, 08 июля 24												
	Завтрак												
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	11,95	9,14	9,92	8,26	50,97	36,97	340,96	258,77	5,19	3,90
ТТК-360Н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	200/3	150/3	3,87	3,07	2,32	2,02	15,30	10,20	97,54	71,24	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	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
	Обед												
ТТК-1025	Салат "Радужный"	50	40	1,30	1,04	2,60	2,08	5,71	4,57	51,39	41,11	5,09	4,07
134/04	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200/5	150/5	1,84	1,42	4,97	3,92	8,13	6,14	84,63	65,48	26,43	19,83
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	27,43	26,01	11,70	10,18	40,45	27,10	376,85	304,12	3,45	2,30
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
	Уплотненный полдник												
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
334/04	Макаронны запеченные с сыром с маслом	145/5	145/3	8,77	8,75	11,57	10,12	36,44	36,41	285,01	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												
	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.	48,3	36,58	54,64	43,76	234,47	192,93	1 622,92	1 311,93	88,29	72,81
	Вт, 09 июля 24												
	Завтрак												
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	14,40	10,85	16,07	13,82	72,53	54,35	492,37	385,15	2,88	2,22
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71	2,13	1,60
ТТК-343Н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	9,23	6,93	6,85	5,68	42,85	32,15	269,98	207,45	0,75	0,62
	Второй завтрак												
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

216/04	Картофель тушеный	130	110	3,22	2,73	7,79	6,59	16,88	14,28	150,52	127,36	41,66	35,25
ТТК-265н	Компот "Фруктово-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 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												
340/04	Омлет натуральный	53	53	5,06	5,06	6,39	6,39	0,75	0,75	80,75	80,75	0,29	0,26
510/04	Каша пшеничная вязкая	130	110	4,03	3,41	3,80	3,22	21,10	17,86	134,75	114,02	0,19	0,19
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.							1 859,6	1 454,08	46,51	39,5
	Пт, 12 июля 24												
	Завтрак												
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		
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												
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												
13/2010	Салат из свежих огурцов	50	40	2,58	2,07	3,05	2,44	1,21	0,97	42,58	34,07	4,85	3,88
139/04	Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы	200/15	150/15	10,68	9,47	6,92	6,46	14,35	10,77	162,39	139,15	15,58	11,87
ТТК-247к	Гречка с говядиной "Батыр"	40/160	25/110	21,75	14,19	9,97	6,48	51,28	35,25	381,89	256,06	1,80	1,24
707/04	Сок фруктовый разливной	180	150	0,90	0,75			18,18	15,15	76,32	63,60	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		
	Уплотненный полдник												
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	110	110	33,86	23,99	15,09	11,99	94,27	76,43	648,38	509,61	15,13	14,84
ТТК-341	Запеканка "Сладкоежка" с соусом сметанным "Сластена"	150/15	100/30	0,44	0,44	0,44	0,44	9,90	9,90	45,32	45,32	11,00	11,00
686/04	Чай с лимоном	200/7	150/7	28,59	19,32	13,90	10,90	41,04	30,39	403,68	296,98	0,83	0,57
	Хлеб белый	1/20	1/20	0,27	0,22	0,06	0,05	15,28	11,52	62,73	47,38	3,30	3,27
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	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.	353,83	278,72	277,67	230,56	1 156,6	937,36	8 541,13	6 939,28	447,31	361,67
	Итого												

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	Дет. сад	Ясли	С	С
273,85	212,40	302,65	235,55	1305,8	9041,15	7149,85	251,45	226,65
54,77	42,48	60,53	47,11	261,16	1 808,23	1 429,97	50,29	45,33

ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:
В среднем в день:

М.М.М.

Г.Н. Мартынова

Зам. Ген. Директора по производству и качеству

