

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р. И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

(№ ДОУ)

(ФИО руководителя)

(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 29.07.2024г. по 02.08.2024 г.

№ п/п	Прием-пищ. Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг	
		Дет.	сад	Белки		Жиры		Углеводы		Дет.	сад	Ясли	С
				Дет.	Ясли	Дет.	Ясли	Дет.	Ясли				
	Пн, 29 июля 24												
	Завтрак												
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	54,01	48,11	47,67	43,11	229,51	194,3	1 563,2	1 357,67	71,75	59,01
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3		14,20	10,82	12,04	9,86	52,64	38,21	375,71	284,83	3,08	2,32
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	3,87	3,07	2,32	2,02	15,30	10,20	97,54	71,24	0,04	0,04
	Второй завтрак			8,68	6,51	8,42	6,86	29,88	22,42	230,02	177,48	2,29	1,72
697/04	Молоко кипяченое	100	100	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56
	Обед			3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
20/10	Салат из свежей капусты	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 мякотью птицы	200/15	150/15	17,45	16,29	20,64	19,00	57,72	48,08	486,54	428,57	66,91	54,95
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	50/30	0,97	0,77	2,55	2,04	5,24	4,19	47,83	38,26	29,89	23,91
520/04	Пюре картофельное	130	110	8,05	7,50	7,18	6,67	11,15	8,36	141,47	123,45	2,21	1,84
ТТК-265Н	Компот "Фруктово-ягодный" из красной смородины	200	150	4,24	4,24	6,72	6,72	4,24	4,24	94,38	74,87	1,61	1,61
	Уплотненный полдник			2,45	2,07	3,95	3,34	10,78	9,12	88,48	50,29	5,13	3,84
337/04	Яйцо вареное	1/20	1/20	0,12	0,09	0,04	0,03	16,55	12,41	67,06	47,32		
510/04	Каша гречневая вязкая	1 шт	1 шт	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	19,30	17,94	12,35	11,61	114,09	102,95	644,72	588,04	0,39	0,37
ТТК-458	Ватрушка с повидлом	75	75	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
	Итого стоимость питания в день			4,03	3,41	4,12	3,49	21,54	18,23	139,36	117,92		
	Вт, 30 июля 24			0,76	0,57	0,06	0,04	17,62	13,22	74,06	55,54	0,09	0,07
	Завтрак			2,44	4,43	2,44	2,44	46,88	46,88	227,21	227,21	0,30	0,30
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
161/04	Салат молочный с рисом	200	150	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
ТТК-194н	Борода с молоком полусладкое	130	150	80,87	65,15	62,04	50,1	222,83	191,21	1 773,09	1 476,17	65,65	50,8
	Второй завтрак			8,33	8,48	11,34	10,58	31,09	34,81	259,73	268,34	2,51	2,00
698/04	Молоко кипяченое	100	100	1,52	3,12	5,04	5,04	0,07	10,27	51,74	104,34	0,04	0,04
	Итого стоимость питания в день			3,76	2,82	3,78	2,84	15,74	11,80	111,99	84,00	1,30	0,98
	Итого стоимость питания в день			3,05	2,54	2,54	2,10	15,33	12,74	96,00	80,00	1,17	0,95
	Итого стоимость питания в день			3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
	Итого стоимость питания в день			3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84

Обед													
52/11	Салат из свеклы отварной	50		35,17	27,36	29,67	20,77	101,88	82,52	815,17	626,37	49,63	37,47
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	40	0,91	0,73	3,06	2,45	5,33	4,27	52,49	41,99	6,06	4,85
ТТК-739К	Котлеты "Татарские"	75	150/5	1,91	1,37	4,51	3,01	6,58	4,84	74,56	51,93	38,21	28,65
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	12,09	8,06	17,09	11,06	9,30	6,20	239,33	156,55	0,56	0,37
707/04	Сок фруктовый разливной	200	150	14,70	12,44	4,32	3,65	32,42	27,44	227,34	192,37		
	Хлеб белый	1/20		1,00	0,75			20,20	15,15	84,80	63,60	4,80	3,60
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Уплотненный полдник												
ТТК-495Н	Десерт фруктовый Яблоко	120	100	34,31	26,25	18,39	16,11	85,53	69,55	644,91	528,18	12,67	10,49
ТТК-302Н	Галушки "Снежок"	200	150	0,48	0,40	0,48	0,40	10,80	9,00	49,44	41,20	12,00	10,00
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/18	150/18	30,93	23,00	12,14	9,95	52,39	39,48	442,54	339,42	0,57	0,42
	Хлеб белый	1/20		2,90	2,85	5,77	5,76	22,34	21,07	152,93	147,56	0,10	0,07
Итого стоимость питания в день													
152,36 руб. 120,97 руб.													
Ср, 31 июля 24													
Завтрак													
3/04	Булгурод с сыром	30/5	20/5	63,97	47,1	53,56	36,86	199,33	163,98	1 535,29	1 175,87	79,64	59,66
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	14,60	11,34	10,84	9,10	65,59	49,09	418,34	323,52	3,08	2,38
ТТК-343Н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	3,87	3,07	2,32	2,02	15,30	10,20	97,54	71,24	0,04	0,04
	Второй завтрак												
697/04	Молоко кипяченое	100	100	8,21	6,17	6,88	5,71	36,35	27,27	240,19	185,11	2,29	1,72
	Обед												
13/2010	Салат из свежих огурцов	50	40	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/25/10	150/5	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
110/04	Борщ с капустой и картофелем с мясными фрикадельками	200/25/10	150/5	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
	"Останкинские" со сметаной			33,07	20,40	29,00	14,17	61,33	48,15	638,62	401,60	72,55	54,03
ТТК - 394	Запеканка картофельная с мясом птицы с маслом	180/5	130/5	2,58	2,07	3,05	2,44	1,21	0,97	42,58	34,07	4,85	3,88
ТТК-268Н	Компот "Плодово-ягодный" из изюма	200	150	1,37	1,37		3,01		7,91		64,19		17,01
	Хлеб белый	1/20		7,75		9,48		10,85		159,73		23,31	
	Уплотненный полдник												
ТТК-2Н	Зеленый горошек порциями	15	10	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
208/10	Макароны запеченные с яйцом с маслом	150/5	150/5	13,24	12,30	11,08	10,95	67,35	61,68	422,10	394,52	2,64	1,88
ТТК-475	чай полусладкий	200	150	1,02	0,68	0,08	0,05	2,91	1,94	16,44	10,96	2,22	1,48
	Хлеб белый	1/20		7,46	7,46	10,26	10,26	31,33	31,33	247,51	247,51	0,32	0,32
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	0,20	0,15	0,05	0,04	5,06	3,79	21,50	16,12	0,10	0,08
	Итого стоимость питания в день												
152,36 руб. 120,97 руб.													
Чт, 01 августа 24													
Завтрак													
2/04	Булгурод с повидлом			62,51	48,91	52,82	45,94	236,62	193,92	1 671,99	1 384,85	49,02	41,53
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	30/10/5	20/10/5	15,44	11,65	14,05	12,12	77,24	59,43	497,28	393,48	3,45	2,72
ТТК-198Н	Какао с молоком полусладкое	200/3	150/3	2,45	1,65	4,52	4,22	21,23	16,13	135,44	109,14	0,10	0,10
	Второй завтрак												
698/04	Ацидофилин	180	150	9,94	7,46	7,01	5,80	40,73	30,56	265,84	204,34	2,18	1,64
	Обед												
62/11	Салат из моркови с сахаром	100	100	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
131/04	Рассольник заправленный со сметаной	50	40	3,02	3,02	2,70	2,70	4,32	4,32	53,68	53,68	0,86	0,86
ТТК-652	Фрикадельки "Обед" с соусом томатным	200/5	150/5	3,02	3,02	2,70	2,70	4,32	4,32	53,68	53,68	0,86	0,86
	Итого стоимость питания в день												
152,36 руб. 120,97 руб.													
Итого стоимость питания в день													
1 671,99 1 384,85 49,02 41,53													
Итого стоимость питания в день													
393,48 3,45 2,72													
Итого стоимость питания в день													
109,14 0,10 0,10													
Итого стоимость питания в день													
204,34 2,18 1,64													
Итого стоимость питания в день													
80,00 1,17 0,98													
Итого стоимость питания в день													
53,68 0,86 0,86													
Итого стоимость питания в день													
53,68 0,86 0,86													
Итого стоимость питания в день													
557,16 22,07 17,32													
Итого стоимость питания в день													
24,16 3,00 2,40													
Итого стоимость питания в день													
65,17 16,55 12,41													
Итого стоимость питания в день													
171,13 2,49 2,49													

510/04	Каша пшеничная вязкая	130	110	3,68	3,11	4,34	3,67	21,07	17,83	138,07	116,83	0,03	0,02
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		
	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												
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	130	130	0,52	0,52	0,52	10,33	62,22	52,69	480,83	380,53	22,64	20,63
40/10, соус 351/10	Пудинг из творога с яблоками с соусом молочным сладким	150/15	100/30	24,65	16,85	12,97	9,56	25,48	19,71	317,22	232,27	6,34	4,36
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		
	Итого стоимость питания в день	152,36 руб.	120,97 руб.										
	Пт, 02 августа 24												
	Завтрак												
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	15,67	12,15	14,43	12,69	72,16	54,04	481,23	378,96	2,92	2,26
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	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62
	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												
15/2010	Салат из св.помидоров и огурцов (ДОУ)	50	40	1,18	0,94	3,03	2,42	2,04	1,63	40,15	32,12	5,84	4,67
133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	5,40	4,96	4,22	3,75	9,42	7,09	97,27	81,98	24,06	18,07
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	25/25	23,64	11,82	4,60	2,30	3,76	1,89	150,98	75,51	1,27	0,64
516/04	Макаронные изделия отварные	130	110	4,64	3,93	3,78	3,20	31,67	26,79	179,30	151,72		
ТТК-271н	Компот "Плодово-ягодный" из свежих яблок	200	150	0,18	0,14	0,18	0,14	28,04	21,03	114,51	85,88	4,54	3,41
	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	16,74	16,84	22,31	22,22	79,02	70,54	583,85	549,53	38,72	38,32
261/2004	Картофельное пюре запеченное с маслом	150/5	150/5	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
707/04	Сок фруктовый с печеньем сахарным в ассортименте	200/18	150/18	3,86	3,86	10,86	10,86	13,49	13,49	167,12	167,12	34,72	34,72
	Хлеб белый	1/20	1/20	2,80	3,45	5,72	5,72	37,48	32,43	212,64	195,04	4,00	3,60
	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.	333,49	264,73	271,48	225,57	1 129,2	941,24	8 294,41	6 853,81	344,78	279,74

		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	Ясли	Дет. сад	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	С	С
		Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли
		273,50	212,95	301,50	235,55	1305,9	1016,3	7353,80	253,45	227,95
		54,70	42,59	60,30	47,11	261,18	203,25	1 470,76	50,69	45,59

ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:

В среднем в день:

Зам. Ген. Директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

Г. Н. Мартынова

А. Р. Гатина

Л. Р. Загидуллина

