

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



Заведующий МБОУ, Терехов
 Д. И. Терехов

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСК с 02.09.2024г. по 06.09.2024 г.

№ ИД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг			
		Дет.	сад	Белки		Жиры		Углеводы		Дет.	сад	Дет.	сад		
				Ясли	Дет.	Ясли	Дет.	Ясли	Дет.					Ясли	
Пн, 02 сентября 24															
Завтрак															
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	11,95	9,14	9,92	8,26	47,82	238,73	198,24	1 732,79	1 487,28	41,13	31,3	
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	340,96	258,77	5,19	3,90	
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	7,92	5,95	6,21	29,88	22,42	219,19	169,36	219,19	169,36	2,60	1,95	
697/04	Молоко кипяченое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	56,23	1,37	1,37	
ТТК-1025	Салат "Радужный"	50	40	32,57	30,36	19,47	16,38	82,79	61,63	636,74	515,43	515,43	33,26	24,91	
134/04	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200/5	150/5	1,28	1,02	2,59	2,07	5,59	4,48	50,84	40,67	40,67	5,01	4,00	
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	1,75	1,34	4,96	3,91	7,62	5,76	82,13	63,59	63,59	24,82	18,62	
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	27,42	26,01	11,70	10,18	40,39	27,06	376,53	303,91	303,91	3,40	2,27	
	Хлеб белый	1/20	1/20	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	59,94	0,03	0,02	
	Уплотненный полдник			1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	47,32			
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	24,40	23,42	22,40	20,54	99,91	94,58	698,86	656,85	656,85	1,31	1,12	
334/04	Макаронные запеченные с сыром с маслом	145/5	145/3	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44				
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	8,77	8,75	11,57	10,12	36,44	36,41	285,01	271,76	271,76	0,09	0,09	
733/04	Оладьи с повидлом	50/10	50/10	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	36,11	0,75	0,56	
	Хлеб белый	1/20	1/20	3,90	3,90	3,80	3,80	27,96	27,96	161,61	161,61	161,61	0,47	0,47	
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	47,32			
Итого стоимость питания в день															
		152,36 руб.		120,97 руб.											
Вт, 03 сентября 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	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	85,71			
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	9,23	6,93	6,85	5,68	42,85	32,15	269,98	207,45	207,45	2,13	1,60	
698/04	Кефир	100	100	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	91,99	0,75	0,62	
	Второй завтрак			3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	51,85	0,72	0,72	
	Обед			3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	51,85	0,72	0,72	
ТТК-66	Салат "Солнышко"	20,16	12,83	23,51	15,94	82,24	64,93	621,20	454,58	621,20	454,58	57,94	46,03		
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	50	40	5,09	4,07	7,13	5,70	76,72	61,38	76,72	61,38	3,49	2,79		
ТТК-1025	Баточки рыбные "Морячка"	200/10	150/5	1,94	1,38	4,51	3,01	10,78	7,99	91,46	64,57	64,57	23,01	17,23	
520/04	Пюре картофельное	75	50	9,99	4,42	3,16	4,85	5,48	2,42	144,53	71,01	71,01	1,38	0,59	
ТТК-258к	Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка	130	110	2,57	2,17	3,95	3,35	11,42	9,67	91,61	77,62	77,62	29,91	25,31	
	Второй завтрак	200	150	0,51	0,38	0,08	0,06	19,38	14,53	80,23	60,17	60,17	0,15	0,11	

	Масса порции, г.		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	Ясли				
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:			270,01	210,55	304,20	237,80	1307,5	1019,5	9009,30	7142,15	252,25	225,40
В среднем в день:			54,00	42,11	60,84	47,56	261,49	203,90	1 801,86	1 428,43	50,45	45,08

Зам. Ген. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

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