

- 11 группа: сады № 28, 30, 34, 40, 50, 51, 52, 54, 69, 70, 93, 103, 110
- 12 группа: сады № 7, 12, 14, 18, 21, 29, 31, 35, 39, 46, 97, 106, 115
- 14 группа: сады № 10, 17, 20, 26, 49, 64, 72, 73, 75, 92, 96, 105, 120
- 17 группа: сады № 41, 44, 53, 61, 78, 80, 83, 94, 98, 104, 111, 114, 123
- 18 группа: сады № 8, 9, 16, 27, 62, 65, 66, 82, 86, 108, 109, 118, 121

2,4 группа

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ С 15.02.2021 г по 20.02.2021 г

121,91 руб./день - сад

96,79 руб./день - ясли

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
				Белки		Жиры		Углеводы				С	
№ рец.	ПОНЕДЕЛЬНИК 15.02	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
	<u>Завтрак</u>												
2./04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10	20/5/5	3,70	0,00	6,45	0,00	16,96	0,00	140,66	0,00	0,17	0,00
510/04	каша гречневая вязкая	180	150	6,17	4,62	7,04	5,29	3,11	24,83	220,45	165,34	0,00	0,00
648/04	Кисель	200	150	0,10	0,07	0,00	0,00	31,46	23,60	126,22	94,67	0,00	0,00
	Итого			9,97	4,69	13,49	5,29	51,53	48,43	487,33	260,01	0,17	0,00
	<u>2 Завтрак</u>												
707./04	Сок фруктовый разливной	160	160	0,00	0,00	0,00	0,00	10,20	10,20	40,80	40,80	3,40	3,40
	Итого			0,00	0,00	0,00	0,00	10,20	10,20	40,80	40,80	3,40	3,40
	<u>Обед</u>												
ТТК-62	Салат из отварной свеклы	50	40	0,87	0,70	5,00	4,00	5,30	4,24	69,65	55,72	5,83	4,66
139/04	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	150	4,96	3,72	4,48	3,36	17,84	13,38	131,52	98,64	4,60	3,45
286/10	Тефтели с соусом	60/30	60/30	8,80	8,80	19,00	19,00	8,80	8,80	241,00	241,00	0,35	0,35
520./04	Пюре картофельное	130	110	3,41	2,62	4,82	3,71	26,48	20,37	162,99	125,38	28,61	22,01
ТТК-106н	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов	200	150	0,60	0,45	0,00	0,00	31,40	23,55	124,00	93,00	0,45	0,34
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,45	0,00	0,00
	Итого			22,76	20,08	33,99	30,70	119,85	97,86	871,97	744,65	39,84	30,81
	<u>Полдник</u>												
697./04	Молоко кипяченое с печеньем сахарным в ассортиментн	160/11	120/11	5,60	4,05	4,75	3,43	9,40	6,79	102,74	74,20	7,60	5,49
	Итого			5,60	4,05	4,75	3,43	9,40	6,79	102,74	74,20	7,60	5,49
	<u>Ужин</u>												
ТТК-66	Салат "Солнышко"	50	40	0,59	0,47	5,04	4,03	7,50	6,00	77,71	62,16	4,35	3,48
ТТК-966к	Запеканка из творога "Гулливер" со сгущенным молоком	150/10	100/15	27,33	20,33	13,87	11,37	48,79	36,29	429,31	328,81	0,57	0,42
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,20	0,15	0,00	0,00	5,06	3,79	21,04	15,78	0,10	0,08

	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46	0,00	0,00
	Итого			29,64	22,47	19,09	15,58	71,29	56,02	575,52	454,21	5,02	3,98
	Итого за день			67,97	51,29	71,32	55,00	262,27	219,30	2078,36	1573,87	56,03	43,68
	<u>ВТОРНИК 16.02</u>												
	<u>Завтрак</u>												
2./04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	3,70	2,96	6,45	6,16	16,96	11,81	140,66	114,53	0,17	0,17
311/04.	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	6,86	5,14	6,29	4,25	23,14	17,35	226,87	166,40	0,00	0,00
ТТК-1024	Чай с сахаром с молоком	200	150	1,68	1,26	1,25	0,94	17,51	13,14	88,01	66,00	2,10	1,58
	Итого			12,24	9,36	13,99	11,35	57,61	42,30	455,54	346,93	2,27	1,75
	<u>2 Завтрак</u>												
698./04	Простокваша	150	100	5,32	3,54	6,08	4,05	7,79	5,19	107,10	71,40	1,52	1,01
	Итого			5,32	3,54	6,08	4,05	7,79	5,19	107,10	71,40	1,52	1,01
	<u>Обед</u>												
43./04	Салат из свежей капусты	50	40	1,07	0,85	2,55	2,04	12,65	10,12	77,83	62,26	10,17	8,14
147./04	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/25	150/25	7,64	5,94	7,74	6,02	11,42	8,88	148,00	115,11	0,65	0,51
ТТК-227	Биточки "Рябушка"	75	50	1,58	1,58	4,58	4,58	1,37	1,37	53,07	53,07	0,02	0,02
516/04	Макароны отварные	130	110	4,62	3,56	4,15	3,19	33,28	25,60	188,98	145,37	0,00	0,00
ТТК-315	Компот "Фруктовый" из кураги	200	150	1,20	0,90	0,00	0,00	31,60	23,70	126,00	94,50	0,00	0,00
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,45	0,00	0,00
	Итого			20,23	16,62	19,71	16,46	120,35	97,19	736,69	601,22	10,84	8,67
	<u>Полдник</u>												
697./04	Молоко кипяченое	160	120	5,60	4,05	4,75	3,43	9,40	6,79	102,74	74,20	7,60	5,49
	Итого			5,60	4,05	4,75	3,43	9,40	6,79	102,74	74,20	7,60	5,49
	<u>Ужин</u>												
	Десерт фруктовый "Яблоко"	145	133	1,20	1,48	0,00	0,00	17,86	22,09	76,21	94,28	7,97	9,86
340/04	Омлет натуральный	53	53	5,54	5,54	7,04	7,04	1,04	1,04	89,68	89,68	0,60	0,60
510/04	Каша ячневая вязкая	130	110	2,80	2,15	5,20	4,00	18,46	14,20	131,56	101,20	0,00	0,00
685/04	Чай с сахаром с лимоном	200/7	150/7	0,27	0,22	0,00	0,00	15,33	11,57	62,40	47,16	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	0,00	0,00
	Итого			11,33	10,91	12,42	11,22	62,63	58,84	407,31	379,78	11,87	13,73
	Итого за день			54,72	44,48	56,95	46,51	257,78	210,31	1809,38	1473,53	34,10	30,65
	<u>СРЕДА 17.02</u>												
	<u>Завтрак</u>												
2./04	Бутерброд с повидлом	30/10/5	30/10/5	2,29	2,29	5,00	5,00	22,06	22,06	142,36	142,36	0,05	0,05
311./04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	6,61	4,96	5,33	4,62	33,82	25,37	209,70	162,89	4,22	3,17
ТТК-305	Какао с молоком	180	150	3,09	2,58	2,57	2,14	22,92	19,10	127,13	105,94	3,63	3,03

	Итого			11,99	9,83	12,90	11,76	78,80	66,53	479,19	411,19	7,90	6,25
	<u>2 Завтрак</u>												
707./04	Сок фруктовый разливной	160	130	0,00	0,00	0,00	0,00	10,20	10,20	40,80	40,80	3,40	3,40
	Итого			0,00	0,00	0,00	0,00	10,20	10,20	40,80	40,80	3,40	3,40
	<u>Обед</u>												
ТТК-1025	Салат "Радужный"	50	40	3,89	2,59	9,21	6,14	81,26	54,17	0,04	0,03	13,18	9,89
131/04	Рассольник "Ленинградский"со сметаной	200/5	150/5	7,16	6,72	6,70	5,80	10,46	7,92	132,00	112,00	9,70	7,34
ТТК-819	Жаркое из мякоти птицы (на грудках)	50/150	50/100	3,38	2,26	7,61	5,80	29,16	19,44	198,68	139,02	32,74	21,82
ТТК-623	Компот полусладкий из изюма	200	150	0,40	0,30	0,00	0,00	27,40	20,50	111,20	83,20	0,00	0,00
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,45	0,00	0,00
	Итого			18,95	15,66	24,21	18,37	178,31	129,55	584,73	465,16	55,62	39,05
	<u>Полдник</u>												
697./04	Молоко кипяченое	160	120	5,60	4,05	4,75	3,43	9,40	6,79	102,74	74,20	7,60	5,49
	Итого			5,60	4,05	4,75	3,43	9,40	6,79	102,74	74,20	7,60	5,49
	<u>Ужин</u>												
ТТК-456	Салат из моркови и кураги	50	40	0,92	0,77	3,05	2,54	8,07	6,72	63,45	52,87	4,00	3,34
240/10	Пудинг из творога с яблоками с соусом молочным сладким	150/15	100/15	25,57	17,38	12,96	8,76	33,12	22,46	351,86	238,21	0,83	0,60
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,20	0,15	0,00	0,00	5,06	3,79	21,04	15,78	0,10	0,08
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46	0,00	0,00
	Итого			28,21	19,82	16,19	11,48	56,19	42,91	483,81	354,32	4,93	4,02
	Итого за день			64,75	49,36	58,05	45,04	332,90	255,98	1691,27	1345,67	79,45	58,21
	<u>ЧЕТВЕРГ 18.02</u>												
	<u>Завтрак</u>												
2./04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5		3,70	0,00	6,45	0,00	16,96	0,00	140,66	0,00	0,17	0,00
3./04	Бутерброд с маслом		20/5	0,00	1,51	0,00	4,71	0,00	10,33	115,82	0,00	0,00	0,00
311./04.	Каша молочная кукурузная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	2,99	2,25	4,99	4,36	11,00	8,26	100,94	81,32	4,03	3,02
395/10	Кофейный напиток с молоком	180	150	3,11	2,51	2,36	1,95	14,64	10,80	92,22	70,93	3,60	3,00
	Итого			9,80	6,27	13,80	11,02	42,60	29,39	449,64	152,25	7,80	6,02
	<u>2 Завтрак</u>												
707./04	Сок фруктовый разливной	160	150	0,00	0,00	0,00	0,00	9,00	7,80	36,00	31,20	3,00	2,60
	Итого			0,00	0,00	0,00	0,00	9,00	7,80	36,00	31,20	3,00	2,60
	<u>Обед</u>												
45./04	Салат из квашеной капусты	50	40	0,42	0,34	1,88	1,50	3,01	2,41	30,54	24,43	9,05	7,24
148./04	Суп - лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	6,66	6,53	6,08	5,64	1,86	1,44	88,84	82,63	2,49	2,12
437/04	Гуляш из говядины	50/50	25/25	16,02	8,01	6,25	3,13	3,78	1,89	135,43	67,72	2,64	1,32
510./04	Каша гречневая вязкая	130	110	4,01	3,08	4,58	3,52	21,52	16,55	143,29	110,22	0,00	0,00
ТТК-106н	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов полусладкий	200	150	0,60	0,45	0,00	0,00	31,40	23,55	124,00	93,00	0,45	0,34
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46	0,00	0,00

	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,45	0,00	0,00
	Итого			31,83	22,20	19,48	14,43	91,60	73,36	664,91	508,92	14,63	11,02
	<u>Полдник</u>												
697./04	Молоко кипяченое с печеньем сахарным в ассортименте	160/22	120/11.	5,60	4,67	4,75	3,96	9,40	7,83	102,74	85,61	7,60	6,33
	Итого			5,60	4,67	4,75	3,96	9,40	7,83	102,74	85,61	7,60	6,33
	<u>Ужин</u>												
	Десерт фруктовый "Мандарин"	65	60	1,20	1,48	0,00	0,00	17,86	22,09	76,21	94,28	7,97	9,86
ТТК-131	Зразы "Школьные"	60	60	2,11	2,11	5,44	5,44	8,57	8,57	91,71	91,71	1,24	1,24
520./04	Пюре картофельное	130	110	3,41	2,62	4,82	3,71	26,48	20,37	162,99	125,38	28,61	22,01
685/04	Чай с сахаром	200	150	0,20	0,15	0,00	0,00	15,00	11,25	58,00	43,50	0,10	0,08
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46	0,00	0,00
	Итого			8,44	7,88	10,44	9,33	77,85	72,22	436,37	402,33	37,92	33,19
	Итого за день			55,67	41,02	48,47	38,74	230,45	190,60	1689,66	1180,31	70,95	59,15
	<u>ПЯТНИЦА 19.02</u>												
	<u>Завтрак</u>												
2./04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	3,70	2,96	6,45	6,16	16,96	11,81	140,66	114,53	0,17	0,17
337./04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	6,10	6,10	5,52	5,52	0,34	0,34	75,41	75,41	0,00	0,00
161./04	Суп молочный с пшеном	200	150	5,76	4,32	6,64	4,98	19,28	14,46	160,00	120,00	0,90	0,67
ТТК-1024	Чай с сахаром с молоком	200	150	1,68	1,26	1,25	0,94	17,51	13,14	88,01	66,00	2,10	1,58
	Итого			17,24	14,64	19,86	17,60	54,09	39,75	464,08	375,94	3,17	2,42
	<u>2 завтрак</u>												
698./04	Ацидофилин	160	100	4,20	2,80	3,75	2,50	6,00	4,00	313,50	209,00	0,00	0,00
	Итого			4,20	2,80	3,75	2,50	6,00	4,00	313,50	209,00	0,00	0,00
	<u>Обед</u>												
	Горошек зеленый консервированный	15	10	0,72	0,48	0,05	0,03	1,64	1,09	9,84	6,56	1,56	1,04
110./04	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	150/5	1,99	1,53	4,16	3,31	15,79	11,89	108,59	83,43	14,68	11,01
ТТК-734	Биточки рыбные "Морячка"	75	50	15,77	10,51	2,76	1,84	7,30	4,87	117,00	78,00	2,29	1,53
510./04	Каша рисовая вязкая	130	110	1,52	1,17	3,06	2,35	13,60	10,46	87,69	67,45	0,00	0,00
ТТК-315	Компот "Фруктовый" из кураги	200	150	1,20	0,90	0,00	0,00	31,60	23,70	126,00	94,50	0,00	0,00
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,45	0,00	0,00
	Итого			25,32	18,38	10,72	8,16	99,96	79,53	591,93	460,85	18,53	13,58
	<u>Полдник</u>												
697./04	Молоко кипяченое	160	120	5,60	4,05	4,75	3,43	9,40	6,79	102,74	74,20	7,60	5,49
ТТК-814	Булочка "Домашняя"	30	30	2,24	2,24	3,93	3,93	18,27	18,27	117,63	117,63	0,00	0,00
	Итого			7,84	6,29	8,68	7,36	27,67	25,06	220,37	191,83	7,60	5,49
	<u>Ужин</u>												
	Десерт фруктовый "Апельсин"	113	100	0,43	0,43	0,00	0,00	12,09	12,09	50,08	50,08	17,12	17,12
ТТК-53	Мякоть птицы тушеная в соусе	25/25	25/25	18,60	18,60	4,40	4,40	3,34	3,34	127,30	127,30	0,65	0,65
516./04	Макароны отварные	130	110	4,62	3,56	4,15	3,19	33,28	25,60	188,98	145,37	0,00	0,00
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,20	0,15	0,00	0,00	5,06	3,79	21,04	15,78	0,10	0,08
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46	0,00	0,00

	Итого			25,37	24,26	8,73	7,77	63,71	54,76	434,86	385,99	17,87	17,85
	Итого за день			79,97	66,37	51,74	43,39	251,43	203,10	2024,74	1623,61	47,17	39,34
	СУББОТА 20.02												
	Завтрак												
2./04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	3,70	2,96	6,45	6,16	16,96	11,81	140,66	114,53	0,17	0,17
ТТК-301	Каша молочная "Дружба" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	6,54	4,91	5,73	4,91	34,70	26,03	216,51	168,00	4,13	3,10
ТТК-305	Какао с молоком	180	150	3,09	2,58	2,57	2,14	22,92	19,10	127,13	105,94	3,63	3,03
	Итого			13,33	10,45	14,75	13,21	74,58	56,94	484,30	388,47	7,93	6,30
	2 завтрак												
707./04	Сок фруктовый разливной	160	150	0,00	0,00	0,00	0,00	9,00	7,80	36,00	31,20	3,00	2,60
	Итого			0,00	0,00	0,00	0,00	9,00	7,80	36,00	31,20	3,00	2,60
	Обед												
78./04	Икра морковная	50	50	1,32	1,32	4,56	4,56	6,84	6,84	76,80	76,80	7,68	7,68
133./04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	6,34	5,78	7,75	7,15	16,40	12,30	161,00	137,00	8,10	6,30
ТТК-650	Котлеты "Татарские"	75	50	8,37	5,58	14,30	9,53	2,79	1,86	173,30	115,53	0,32	0,21
ТТК-446	Пюре "Янтарное"	130	110	14,68	11,29	4,52	3,48	36,80	28,30	246,56	189,66	0,00	0,00
ТТК-623	Компот полусладкий из изюма	200	150	0,40	0,30	0,00	0,00	27,40	20,50	111,20	83,20	0,00	0,00
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,45	0,00	0,00
	Итого			35,23	28,06	31,82	25,35	120,26	97,32	911,67	733,10	16,10	14,19
	Полдник												
697./04	Молоко кипяченое	160	120	5,60	4,05	4,75	3,43	9,40	6,79	102,74	74,20	7,60	5,49
	Итого			5,60	4,05	4,75	3,43	9,40	6,79	102,74	74,20	7,60	5,49
	Ужин												
	Десерт фруктовый "Яблоко"	145	123	0,49	0,44	0,00	0,00	13,90	12,43	57,56	51,48	19,68	17,60
151/10	Картофель запеченный в сметанном соусе	150	150	4,30	3,60	7,80	6,10	23,30	19,36	176,40	147,00	5,16	4,30
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,20	0,15	0,00	0,00	5,06	3,79	21,04	15,78	0,10	0,08
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46	0,00	0,00
	Итого			6,51	5,71	7,98	6,28	52,20	45,52	302,46	261,72	24,94	21,98
	Итого за день			60,67	48,27	59,30	48,27	265,44	214,37	1837,17	1488,69	59,57	50,56

	Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
	Белки		Жиры		Углеводы				С	
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:	328,74	255,80	360,83	287,95	1570,26	1218,66	11130,58	8685,68	303,27	273,59
В среднем в день	54,79	42,63	60,14	47,99	261,71	203,11	1855,10	1447,61	50,55	45,60