

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 16.11.2020г по 20.11.2020г

117,22 руб./день - сад

93,07 руб./день - ясли

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
				Белки		Жиры		Углеводы				С	
№ рец.	ПОНЕДЕЛЬНИК 16/11	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
	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
516./04	Макароны отварные	180	150	4,62	3,56	4,15	3,19	33,28	25,60	188,98	145,37	0,00	0,00
648./04	Кисель	200	150	0,00	0,00	0,00	0,00	30,60	22,95	118,00	88,50	0,00	0,00
	Итого			8,32	6,52	10,60	9,35	80,84	60,36	447,64	348,40	0,17	0,17
	2 Завтрак												
707./04	Сок фруктовый разливной	160	130	0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	7,34	38,40	29,36	3,20	2,45
	Итого			0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	7,34	38,40	29,36	3,20	2,45
	Обед												
ТТК-62	Салат из отварной свеклы	50	40	0,84	0,67	5,00	4,00	5,35	4,28	69,72	55,77	6,19	4,95
135/04	Суп из овощей со сметаной	200/5	150/5	5,50	5,10	8,50	7,63	3,88	3,01	139,68	120,33	17,41	13,17
ТТК-53	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	25/25	18,60	18,60	4,40	4,40	3,34	3,34	127,30	127,30	0,65	0,65
510/04	Каша гречневая вязкая	130	100	4,50	3,90	6,75	5,85	22,26	19,29	168,15	145,73	0,00	0,00
ТТК-317	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов (полусладкий)	200	150	0,35	0,26	0,00	0,00	24,81	18,61	100,62	75,47	0,75	0,56
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,27	1,82	0,45	0,36	17,58	14,07	83,43	66,79	0,00	0,00
	Итого			33,66	31,95	25,50	22,64	87,22	72,60	742,90	645,39	25,00	19,33
	Полдник												
697./04	Молоко кипяченое с печеньем сахарным в ассортименте	160/18	120/18	4,05	3,11	3,43	2,64	6,79	5,22	74,20	57,08	5,49	4,22
	Итого			4,05	3,11	3,43	2,64	6,79	5,22	74,20	57,08	5,49	4,22
	Ужин												
	Десерт фруктовый "Яблоко"	115	70	0,46	0,28	0,00	0,00	13,00	7,91	53,82	32,76	18,40	11,20
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	Картофельное пюре	130	100	2,60	2,60	4,16	4,16	17,68	17,68	121,33	121,33	15,69	15,69
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	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			13,66	13,43	23,56	23,56	64,48	55,64	528,15	492,59	34,54	27,32

	Итого за день			59,69	55,01	63,09	58,19	248,93	201,16	1831,29	1572,82	68,40	53,48
	ВТОРНИК 17/11												
	<u>Завтрак</u>												
3./04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	2,25	1,51	4,99	4,71	15,46	10,33	115,82	89,69	0,00	0,00
337./04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,10	5,10	4,60	4,60	0,30	0,30	63,00	63,00	0,00	0,00
161./04	Суп молочный с рисом	200	150	5,76	4,32	6,64	4,98	19,28	14,46	160,00	120,00	0,90	0,67
630./96	Чай с сахаром с молоком	200	150	1,60	1,20	1,60	1,20	17,39	13,04	90,36	67,77	0,00	0,00
	Итого			14,71	12,13	17,83	15,49	52,43	38,13	429,18	340,46	0,90	0,67
	<u>2 Завтрак</u>												
698./04	Ацидофилин	150	130	4,20	3,92	3,75	3,50	6,00	5,60	313,50	292,60	0,00	0,00
	Итого			4,20	3,92	3,75	3,50	6,00	5,60	313,50	292,60	0,00	0,00
	<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
148./04	Суп - лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	7,64	5,94	7,74	6,02	11,42	8,88	148,00	115,11	0,65	0,51
ТТК-650	Котлеты "Татарские"	75	75	9,00	9,00	10,00	10,00	3,00	3,00	139,00	139,00	0,34	0,34
510./04	Каша пшеничная вязкая	130	100	6,21	4,66	6,31	4,63	40,36	30,27	243,09	182,32	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	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,27	1,82	0,45	0,36	17,58	14,07	83,43	66,79	0,00	0,00
	Итого			28,19	24,17	27,45	23,45	122,41	96,84	856,55	702,68	11,16	8,99
	<u>Полдник</u>												
697./04	Молоко кипяченое	160	120	4,05	3,11	3,43	2,64	6,79	5,22	74,20	57,08	5,49	4,22
	Итого			4,05	3,11	3,43	2,64	6,79	5,22	74,20	57,08	5,49	4,22
	<u>Ужин</u>												
ТТК-66	Салат "Солнышко"	50	40	0,59	0,47	5,04	4,03	7,50	6,00	77,71	62,61	4,35	3,48
ТТК-966 к	Запеканка из творога «Гулливер» с соусом молочным сладким	150/15	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	0,18	0,13	0,00	0,00	4,78	3,58	19,90	14,92	0,04	0,03
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			29,70	22,53	19,31	15,80	71,07	55,87	580,92	460,34	4,96	3,93
	Итого за день			80,85	65,86	71,77	60,88	258,70	201,66	2254,35	1853,16	22,51	17,81
	СРЕДА 18/11												
	<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 манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	3,10	2,40	5,00	3,80	21,10	16,00	140,00	107,80	0,00	0,00
395/10	Кофейный напиток с молоком	180	150	2,85	2,34	2,41	2,00	14,36	10,63	91,00	70,00	1,17	0,98
	Итого			9,65	7,70	13,86	11,96	52,42	38,44	371,66	292,33	1,34	1,15
	<u>2 Завтрак</u>												
707./04	Напиток сывороточный с соком ананаса	150	130	0,00	0,00	0,00	0,00	12,48	9,60	49,92	38,40	0,00	0,00
	Итого			0,00	0,00	0,00	0,00	12,48	9,60	49,92	38,40	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	1,74	1,34	4,91	3,87	10,64	8,02	93,71	72,27	8,21	6,16
ТТК-131	Зразы "Школьные"	60	60	9,10	9,10	10,50	10,50	8,80	8,80	166,00	166,00	0,00	0,00
510/04	Каша ячневая вязкая	130	100	2,80	2,15	5,20	4,00	18,46	14,20	131,56	101,20	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	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,27	1,82	0,45	0,36	17,58	14,07	83,43	66,79	0,00	0,00
	Итого			19,43	17,39	21,51	19,16	98,72	79,88	664,54	561,32	9,77	7,20
	<u>Полдник</u>												
697./04	Молоко кипяченое	160	120	4,05	3,11	3,43	2,64	6,79	5,22	74,20	57,08	5,49	4,22
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			6,29	5,35	7,36	6,57	25,06	23,49	191,83	174,71	5,49	4,22
	<u>Ужин</u>												
	Десерт фруктовый "Банан"	135	118	1,89	1,44	0,00	0,00	28,22	21,50	125,71	95,78	12,60	9,60
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	50/30	4,24	4,24	6,90	6,90	4,10	4,10	95,41	95,41	1,61	1,61
520./04	Картофельное пюре	130	100	2,60	2,60	4,16	4,16	17,68	17,68	121,33	121,33	15,69	15,69
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	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			10,53	10,03	11,46	11,46	75,00	64,53	454,45	410,02	30,00	26,98
	Итого за день			45,90	40,47	54,19	49,15	263,67	215,94	1732,40	1476,78	46,60	39,54
	ЧЕТВЕРГ 19/11												
	<u>Завтрак</u>												
2./04	Бутерброд с повидлом	30/10/5	30/10/5	2,93	2,93	6,05	6,05	10,40	10,40	107,77	107,77	0,14	0,14
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
ТТК-305	Какао с молоком	180	150	2,95	2,46	3,24	2,70	22,82	19,02	132,26	110,22	1,43	1,20
	Итого			8,87	7,64	14,28	13,11	44,22	37,68	340,97	299,31	5,60	4,36
	<u>2 Завтрак</u>												
707./04	Сок фруктовый разливной	170	130	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>												
ТТК-92н	Винегрет "Дары осени"	50	40	6,20	4,96	3,54	2,83	0,68	0,54	50,27	40,22	7,55	6,04
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем с мясными фрикадельками со сметаной	200/25/5	150/25/5	1,74	1,34	4,19	3,33	8,16	6,16	77,30	60,00	14,81	11,12
ТТК-992	Мясо "Нежное" в соусе	50/50	25/25	10,50	10,50	11,24	11,24	3,70	3,70	159,00	159,00	1,29	1,29
510./04	Каша рисовая вязкая	130	100	1,52	1,52	3,06	3,06	13,60	13,60	87,69	87,69	0,00	0,00
ТТК-317	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов (полусладкий)	200	150	0,35	0,26	0,00	0,00	24,81	18,61	100,62	75,47	0,75	0,56
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,27	1,82	0,45	0,36	17,58	14,07	83,43	66,79	0,00	0,00
	Итого			24,18	22,00	22,88	21,22	78,53	66,68	612,31	543,16	24,40	19,01
	<u>Полдник</u>												
697./04	Молоко кипяченое	160	120	4,05	3,11	3,43	2,64	6,79	5,22	74,20	57,08	5,49	4,22

	Итого			4,05	3,11	3,43	2,64	6,79	5,22	74,20	57,08	5,49	4,22
	<u>Ужин</u>												
ТТК-65	Морковь тертая с сахаром	50	40	0,74	0,59	0,06	0,05	8,98	7,18	39,39	31,51	2,85	2,28
367./04	Галушки из творога отварные с маслом	195/5	145/5	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	0,18	0,13	0,00	0,00	4,78	3,58	19,90	14,92	0,04	0,03
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			29,85	22,65	14,33	11,82	72,55	57,05	542,60	429,24	3,46	2,73
	Итого за день			66,95	55,40	54,92	48,79	211,09	174,43	1606,08	1359,99	41,95	32,92
	<u>ПЯТНИЦА 20/11</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
302/04	Каша молочная пшеница с маслом	200/3	150/3	4,42	3,32	3,68	3,38	37,42	28,07	203,60	158,10	0,00	0,00
630./96	Чай с сахаром с молоком	200	150	1,60	1,20	1,60	1,20	17,39	13,04	90,36	67,77	0,00	0,00
	Итого			9,72	7,48	11,73	10,74	71,77	52,92	434,62	340,40	0,17	0,17
	<u>2 завтрак</u>												
698./04	Простокваша	150	100	4,87	3,99	5,57	4,56	7,14	5,84	98,18	80,33	1,39	1,14
	Итого			4,87	3,99	5,57	4,56	7,14	5,84	98,18	80,33	1,39	1,14
	<u>Обед</u>												
45./04	Салат из квашеной капусты	50	40	0,42	0,42	1,88	1,88	3,01	3,01	30,54	30,54	9,05	9,05
131/04	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	200/5	150/5	2,70	2,27	3,85	3,34	20,37	17,01	126,93	107,17	17,55	14,63
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/30	50/30	7,28	7,28	5,44	5,44	6,17	6,17	83,07	83,07	3,59	3,59
ТТК-446	Пюре "Янтарное"	130	100	14,68	11,29	4,52	3,48	36,80	28,31	246,56	189,66	0,00	0,00
ТТК-315	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	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,27	1,82	0,45	0,36	17,58	14,07	83,43	66,79	0,00	0,00
	Итого			29,35	24,98	16,54	14,90	121,33	99,07	735,73	614,43	30,19	27,27
	<u>Полдник</u>												
697./04	Молоко кипяченое с печеньем сахарным в ассортименте	160/18	120/18	4,05	3,11	3,43	2,64	6,79	5,22	74,20	57,08	5,49	4,22
	Итого			4,05	3,11	3,43	2,64	6,79	5,22	74,20	57,08	5,49	4,22
	<u>Ужин</u>												
	Десерт фруктовый "Яблоко"	114	70	0,46	0,28	0,00	0,00	13,00	7,91	53,82	32,76	18,40	11,20
ТТК-208/10.	Макароны, запеченные с яйцом с маслом	150/5	150/5	7,73	7,73	6,91	6,91	23,03	23,03	185,00	185,00	0,33	0,33
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	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			9,99	9,76	7,31	7,31	61,03	52,19	350,82	315,26	18,83	11,61
	Итого за день			57,98	49,32	44,58	40,15	268,06	215,24	1693,55	1407,50	56,07	44,41

	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:	272,4	204,1	298,5	232,2	1282,8	988,4	9232,7	7197,3	243,53	220,16
В среднем в день	54,47	40,81	59,71	46,43	256,55	197,69	1846,53	1439,45	48,71	44,03