

2,4 группа

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, 131

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

В. П. Гусева

"СОГЛАСОВАНО"

(№ ДОУ)

(ФИО руководителя)

(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ с 09.01.2023г. по 13.01.2023 г.

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг			
		Дет. сад	Ясли	Белки		Жиры		Углеводы		Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли		
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли						
Пн, 09 января 23				65,25	56,44	47,87	43,61	241,08	210,76	1 656,19	1 461,09	46,6	40,53		
Завтрак				11,86	8,74	14,79	12,85	52,86	38,39	392,08	304,08	3,35	2,51		
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	2,27	1,53	4,49	4,21	15,49	10,35	111,49	85,37				
ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	200/5	150/5	7,94	5,97	9,00	7,66	29,91	22,45	232,44	182,60	2,60	1,95		
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		
Второй завтрак				0,05	0,05			10,10	10,10	40,60	40,60	2,00	2,00		
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,05	0,05			10,10	10,10	40,60	40,60	2,00	2,00		
Обед				37,81	32,15	16,09	13,77	87,67	77,19	646,68	561,15	39,48	34,49		
20/2010	Салат из белокочанной капусты	50	40	0,97	0,78	2,55	2,04	5,27	4,22	47,96	38,37	29,91	23,93		
133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	5,41	5,22	4,22	3,77	9,46	8,48	97,49	88,73	24,09	22,00		
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	40/50	23,64	18,98	4,60	3,86	3,79	3,70	151,08	125,43	1,29	1,29		
510/04	Каша гречневая вязкая	130	110	4,03	3,41	4,12	3,49	21,54	18,23	139,36	117,92				
ТТК-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из изюма	200	150					20,66	15,50	82,64	61,98				
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46				
	Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14				
Полдник				3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	0,72	0,72		
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		
Ужин				12,53	12,50	14,40	14,40	86,31	80,94	524,98	503,41	1,05	0,81		
334/04	Макароны запеченные с сыром с маслом	145/3	145/3	8,75	8,75	10,12	10,12	36,41	36,41	271,76	271,76	0,09	0,09		
ТТК-814	Булочка домашняя	30	30	2,16	2,16	4,10	4,10	18,48	18,48	119,46	119,46				
ТТК-272н	Кисель из концентрата полусладкий	200	150	0,10	0,07			21,48	16,11	86,30	64,73	0,96	0,72		
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46				
Итого стоимость питания в день				146,5 руб.	116,32 руб.										
Вт, 10 января 23						68,55	51,6	61,83	47,13	249,24	198,82	1 827,86	1 425,88	113,17	89,6
Завтрак						14,42	11,21	10,73	9,00	72,41	54,20	444,00	342,69	2,97	2,30
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	3,68	2,94	2,24	1,95	15,42	10,28	96,59	70,46	0,04	0,04		
311/04	Каша молочная кукурузная с маслом	200/3	150/3	8,22	6,17	6,85	5,68	43,05	32,30	266,80	205,06	2,18	1,64		
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						0,05	0,05			10,10	10,10	40,60	40,60	2,00	2,00
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,05	0,05			10,10	10,10	40,60	40,60	2,00	2,00		
Обед						20,99	16,43	34,99	26,46	87,62	72,88	749,43	595,37	91,65	69,25
ТТК-62	Салат из отварной свеклы	50	40	0,97	0,78	3,06	2,45	5,68	4,55	54,17	43,34	6,46	5,17		
135/04	Суп из овощей со сметаной	200/10	150/5	2,00	1,55	4,53	3,03	7,58	6,21	79,16	58,36	24,45	20,07		
ТТК-393к	Запеканка картофельная с мясом "По-домашнему" с маслом	180/5	130/5	14,04	10,15	26,74	20,33	22,05	15,92	385,05	287,23	54,34	39,21		
ТТК-950	Напиток "Лимонный"	200	150	0,14	0,11	0,02	0,01	24,43	18,32	98,45	73,84	6,40	4,80		

	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14		
	Полдник			3,63	3,63	3,24	3,24	5,18	5,18	64,41	64,41	1,04	1,04
698/04	Ацидофилин	120	120	3,63	3,63	3,24	3,24	5,18	5,18	64,41	64,41	1,04	1,04
	Ужин			29,46	20,28	12,87	8,43	73,93	56,46	529,42	382,81	15,51	15,01
ТТК-399	Десерт фруктовый Яблоко	140	140	0,56	0,56	0,56	0,56	12,60	12,60	57,68	57,68	14,00	14,00
		150/30	100/15	27,18	18,05	12,08	7,65	46,33	30,13	402,78	261,55	1,41	0,93
ТТК-475	Сырники из творога с курагой и морковью с соусом "Сластёна"												
	Чай полусладкий	200	150	0,20	0,15	0,05	0,04	5,06	3,79	21,50	16,12	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		
Итого стоимость питания в день				146,5 руб.	116,32 руб.								
Ср, 11 января 23						60,74	50,83	70,7	59,41	216,83	182,67	1 746,55	1 468,52
Завтрак						14,00	10,58	15,43	13,17	60,65	45,51	437,51	342,85
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	2,27	1,53	4,49	4,21	15,49	10,35	111,49	85,37		
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	8,68	6,51	8,42	6,86	29,88	22,42	230,02	177,48	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			0,05	0,05			10,10	10,10	40,60	40,60	2,00	2,00
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,05	0,05			10,10	10,10	40,60	40,60	2,00	2,00
	Обед			30,00	24,36	33,69	25,86	94,54	79,35	801,39	647,49	24,41	18,91
ТТК-359н	Винегрет из овощей	50	40	0,96	0,77	3,55	2,84	4,19	3,35	52,56	42,05	9,31	7,45
ТТК-451	Суп картофельный клецками с мякотью птицы	200/15	150/15	9,08	8,28	8,61	7,74	17,10	12,83	182,27	154,12	14,54	11,09
ТТК-650	Котлеты "Челнинские"	75	50	12,09	8,06	17,09	11,42	9,30	6,20	239,33	159,79	0,56	0,37
510/04	Каша пшеничная вязкая	*130	110	4,03	3,41	3,80	3,22	21,10	17,86	134,75	114,02		
ТТК-356н	Компот "Фруктово-ягодный" ассорти	200	150					14,97	11,23	59,88	44,91		
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14		
	Полдник			3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
698/04	Простокваша	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
	Ужин			13,63	12,78	18,94	17,74	47,21	43,38	413,77	384,30	51,37	43,42
340/04	Омлет натуральный	53	53	5,06	5,06	6,39	6,39	0,75	0,75	80,75	80,75	0,19	0,19
* 541/04	Рагу овощное	130	110	2,85	2,41	5,66	4,79	12,74	10,78	143,28	95,85	50,43	42,67
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком с печеньем в ассортименте	200/17	150/17	4,20	3,79	6,71	6,38	23,78	21,91	172,28	160,24	0,75	0,56
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
Итого стоимость питания в день				146,5 руб.	116,32 руб.								
Чт, 12 января 23						53,98	41,56	42,63	33,23	277,28	226,58	1 708,8	1 371,56
Завтрак						14,02	10,56	12,98	11,25	78,14	59,98	485,52	383,42
2/04	Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	2,27	1,53	4,49	4,20	21,35	16,21	134,93	108,80	0,10	0,10
	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			0,05	0,05			10,10	10,10	40,60	40,60	2,00	2,00
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,05	0,05			10,10	10,10	40,60	40,60	2,00	2,00
	Обед			29,28	20,96	17,72	12,22	113,68	90,11	731,41	554,24	48,46	40,34
ТТК-357н	Салат "Капуста квашеная"	50	40	0,89	0,70	2,51	2,01	4,34	3,40	43,51	34,49	14,10	11,20
132/04	Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	150/5	2,22	1,78	4,54	3,04	9,82	8,19	89,04	67,27	16,72	15,15
ТТК-247н	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
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-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
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14		
	Полдник			3,60	3,60	3,11	3,11	4,97	4,97	62,22	62,22	0,87	0,87
698/04	Кефир	120	120	3,60	3,60	3,11	3,11	4,97	4,97	62,22	62,22	0,87	0,87
	Ужин			7,03	6,39	8,82	6,65	70,39	61,42	389,05	331,08	18,30	17,77
	Десерт фруктовый Яблоко	140	135	0,56	0,54	0,56	0,54	12,6	12,15	57,68	55,62	14	13,5

ТТК-101н	Котлеты "Любимые"	75	50		0,14	4,20	2,64		0,12	37,76	24,78		
516/04	Макаронные изделия отварные	130	110	4,64	3,93	3,78	3,20	31,67	26,79	179,30	151,72		
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 "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
Итого стоимость питания в день		146,5 руб.	116,32 руб.										
Пт, 13 января 23													
Завтрак				53,47	41,73	53,24	44,14	261,31	216,54	1 738,3	1 430,38	84,53	70,78
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	18,13	15,06	18,93	17,06	67,12	50,36	511,42	415,14	3,46	2,70
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	2,27	1,53	4,49	4,21	15,49	10,35	111,49	85,37		
311/04	Каша молочная рисовая жидкая с маслом	200/3	150/3	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	7,29	5,47	6,88	5,71	36,35	27,27	236,49	182,33	2,29	1,72
Второй завтрак				3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,05	0,05			10,10	10,10	40,60	40,60	2,00	2,00
Обед				0,05	0,05			10,10	10,10	40,60	40,60	2,00	2,00
62/11	Салат из моркови с сахаром	50	40	19,65	12,87	18,38	11,92	86,00	71,30	588,03	443,99	63,93	50,97
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	150/5	0,83	0,66	0,06	0,05	6,90	5,52	31,49	25,20	3,19	2,55
ТТК-1026	Биточки рыбные "Морячка"	75	50	2,02	1,45	4,52	3,01	11,23	8,34	93,65	66,29	23,89	17,91
520/04	Пюре картофельное	130	110	9,99	4,42	9,18	4,85	5,48	2,42	144,53	71,01	1,38	0,59
ТТК-272н	Кисель из концентрата полусладкий	200	150	2,87	2,43	3,98	3,37	13,03	11,03	99,46	84,16	34,51	29,20
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	0,10	0,07			21,48	16,11	86,30	64,73	0,96	0,72
	Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
Полдник				2,32	2,32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14		
698/04	Ацидофилин	120	120	3,63	3,63	3,24	3,24	5,18	5,18	64,41	64,41	1,04	1,04
Ужин				3,63	3,63	3,24	3,24	5,18	5,18	64,41	64,41	1,04	1,04
	Десерт фруктовый Яблоко	140	140	12,01	10,12	12,69	11,92	92,91	79,60	533,84	466,24	14,10	14,07
ТТК-302н	Галушки "Снежок"	200	150	0,56	0,56	0,56	0,56	12,60	12,60	57,68	57,68	14,00	14,00
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/17	150/17	7,18	5,34	6,49	5,74	48,99	36,95	283,07	220,84		
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	2,75	2,70	5,46	5,44	21,38	20,11	145,63	140,26	0,10	0,07
	Хлеб "Дарницкий"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
Итого стоимость питания в день		146,5 руб.	116,32 руб.										
Итого				301,99	242,16	276,27	227,52	1 245,7	1 035,4	8 677,7	7 157,43	398,99	332,08