

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 В. П. Гусева

"СОГЛАСОВАНО"

(№ ДОУ)

(ФИО руководителя)

(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ с 16.01.2023г. по 20.01.2023 г.

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ДЕТСКОЙ ГРУППЫ													
№ 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, 16 января 23													
Завтрак													
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	2,27	1,53	4,49	4,21	51,16	37,12	365,74	281,02	4,84	3,63
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-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17	2,55	1,91
Второй завтрак													
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,05	0,05			10,10	10,10	40,60	40,60	2,00	2,00
Обед													
ТТК-66	Салат "Солнышко"	50	40	0,63	0,50	5,10	4,08	7,32	5,85	77,65	62,12	3,63	2,90
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем с мякотью птицы со сметаной	200/15/10	150/15/10	7,82	7,39	8,18	7,79	7,02	5,35	132,97	121,07	40,25	30,38
ТТК-652н, 587/04	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	50/50	5,36	5,36	14,30	14,30	8,84	8,84	185,51	185,51	3,53	3,53
516/04	Макаронные изделия отварные	130	110	4,64	3,93	3,78	3,20	31,67	26,79	179,30	151,72		
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		
658/04	Ацидофилин	170	130	4,54	3,93	4,05	3,51	6,48	5,62	80,51	69,78	1,30	1,12
Полдник													
				5,14	3,93	4,59	3,51	7,34	5,62	91,25	69,78	1,47	1,12
				6,85	24,34	10,31	11,18	63,02	50,93	372,29	401,65	10,80	11,04
Ужин													
		100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,00	9,00	41,20	41,20	0,05	0,48
ТТК-1019	Десерт фруктовый Яблоко	150/50	100/30	3,28	21,18	8,43	9,62	36,62	26,40	235,48	276,88		
ТТК-437	Сырники "Домашние" из творога с соусом сметанным "Сластена"	200	150	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56
	Чай полусладкий с молоком	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Рябинушка"	146,5 руб.	116,32 руб.										
Итого стоимость питания в день													
Вт, 17 января 23													
Завтрак													
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
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04	42,85	32,15	269,98	207,45	2,13	1,60
	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	9,23	6,93	6,85	5,68	15,74	13,11	98,39	81,99	3,63	3,03
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,09	2,58	2,57	2,14	10,10	10,10	40,60	40,60	2,00	2,00
Второй завтрак													
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,05	0,05			10,10	10,10	40,60	40,60	2,00	2,00
Обед													
20/2010	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

698/04	Суп картофельный с бобовыми	200	150	4,79	3,60	3,25	2,44	14,02	10,51	104,47	78,36	13,81	10,36
ТТК-491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая	2/40				4,00				35,96			
ТТК-491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ(огурцы сол)		40/10		0,31		2,00		0,07		19,49		0,56
520/04	Пюре картофельное	130	110	2,87	2,43	3,98	3,37	13,03	11,03	99,46	84,16	34,51	29,20
ТТК-257н	Напиток "Флодово-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			4,59	3,98	3,96	3,43	6,49	5,62	79,92	69,26	1,27	1,10
698/04	Простокваша	170	130	5,20	3,98	4,48	3,43	7,35	5,62	90,57	69,26	1,43	1,10
	Ужин			13,64	12,97	16,48	15,84	57,04	49,97	431,06	394,27	5,55	5,52
86/10, соус 356/11	Тефтели мясные с соусом	60/30	60/30	7,82	7,82	12,12	12,12	10,28	10,28	181,51	181,51	2,25	2,25
510/04	Каша гречневая вязкая	130	110	4,03	3,41	4,12	3,49	21,54	18,23	139,36	117,92		
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.										
	Ср, 18 января 23			63,84	57,87	50,15	44,89	256,07	216,97	1 731,06	1 503,45	48,08	40,43
	Завтрак			13,00	9,80	13,01	11,29	65,78	49,24	432,29	337,65	3,04	2,34
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 манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	8,21	6,17	6,88	5,71	36,35	27,27	240,19	185,11	2,29	1,72
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			34,12	31,96	16,92	13,88	101,43	80,07	694,47	573,12	30,58	22,76
62/11	Салат из моркови с сахаром	50	40	0,83	0,66	0,06	0,05	6,90	5,52	31,49	25,20	3,19	2,55
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	150/5	2,02	1,45	4,52	3,01	11,23	8,34	93,65	66,29	23,89	17,91
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	27,43	26,01	11,70	10,18	40,45	27,10	376,85	304,12	3,45	2,30
тТК№503	Напиток "Флодово-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			4,50	3,90	3,88	3,36	6,21	5,38	77,78	67,41	1,09	0,94
698/04	Кефир	170	130	5,10	3,90	4,40	3,36	7,04	5,38	88,15	67,41	1,23	0,94
	Ужин			12,17	12,16	16,34	16,36	72,55	72,18	485,92	484,67	11,42	12,39
	Десерт фруктовый Яблоко	110	120	0,44	0,48	0,44	0,48	9,90	10,80	45,32	49,44	11,00	12,00
208/10	Макароны запеченные с яйцом с маслом	150/5	150/5	7,46	7,46	10,26	10,26	31,33	31,33	247,51	247,51	0,32	0,32
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/17	150/17	2,75	2,70	5,46	5,44	21,38	20,11	145,63	140,26	0,10	0,07
	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, 19 января 23			85,95	64,09	73,2	50,93	282,19	220,82	2 131,21	1 597,97	62,76	51,42
	Завтрак			14,71	11,47	13,81	10,30	61,07	45,81	427,42	321,81	6,27	5,02
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
ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	200/5	150/3	7,94	5,95	9,00	6,21	29,91	22,42	232,44	169,36	2,60	1,95
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,09	2,58	2,57	2,14	15,74	13,11	98,39	81,99	3,63	3,03
	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			34,08	26,91	29,12	20,40	106,46	89,29	824,08	648,33	35,83	27,52
ТТК№357н	Салат "Капуста квашеная"	50	40	0,89	0,72	2,51	2,01	4,34	3,47	43,51	34,81	14,10	11,28
132/04	Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	150/5	2,46	1,78	4,56	3,04	11,04	8,19	95,00	67,27	20,21	15,15
ТТК-739н	Котлеты "Татарские"	75	50	12,09	8,06	17,09	11,06	9,30	6,20	255,33	156,55	0,56	0,37
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	14,70	12,44	4,32	3,65	32,42	27,44	227,34	192,37		
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		
	Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14		

698/04	Ацидофилин	170	130	4,54	3,93	4,05	3,51	6,48	5,62	80,51	69,78	1,30	1,12
	Полдник			5,14	3,93	4,59	3,51	7,34	5,62	91,25	69,78	1,47	1,12
240/10	Десерт фруктовый Яблоко	110	115	32,57	21,73	26,22	16,72	98,08	70,00	758,60	517,45	17,36	15,76
тк№253н	Пудинг из творога с яблоками с соусом сметанным Сладсена	150/30	100/30	0,44	0,46	0,44	0,46	9,90	10,35	45,32	47,38	11,00	11,50
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным	200/34		24,75	16,63	14,73	10,63	27,98	20,17	343,50	242,93	6,27	4,19
	Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным		150/17	5,86		10,87		50,26		322,32		0,09	
	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, 20 января 23													
Завтрак													
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	66,94	61,2	72,13	67,35	252,21	217,77	1 925,71	1 721,73	177,03	149,94
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	18,71	15,45	18,46	16,63	67,95	50,87	512,80	414,89	2,99	2,30
ТТК-301	Каша молочная "Дружба" жидкая с маслом	200/3	150/3	2,27	1,53	4,49	4,21	15,49	10,35	111,49	85,37		
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
	Второй завтрак			8,40	6,30	7,29	6,01	38,52	28,90	253,26	194,91	2,24	1,68
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62
	Обед			0,05	0,05			10,10	10,10	40,60	40,60	2,00	2,00
ТТК-359н	Винегрет из овощей	50	40	0,05	0,05			10,10	10,10	40,60	40,60	2,00	2,00
148/04	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	30,26	28,88	36,33	34,53	78,29	67,56	761,10	696,34	131,05	110,16
479/97	Биточки по-белорусски	75	75	0,96	0,77	3,55	2,84	4,19	3,35	52,56	42,05	9,31	7,45
534/04	Капуста тушеная	130	110	8,06	7,50	7,18	6,67	11,17	8,38	141,55	123,51	2,22	0,85
ТТК-271н	Компот "Фруктово-ягодный" из свежих яблок	200	150	13,38	13,38	21,26	21,26	0,82	0,82	248,10	248,10	1,00	1,00
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	3,84	3,25	3,52	2,98	15,17	12,84	107,71	91,14	113,98	96,45
	Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	0,18	0,14	0,18	0,14	19,06	14,29	78,58	58,94	4,54	3,41
698/04	Простокваша	170	130	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		
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	50/30	4,59	3,98	3,96	3,43	6,49	5,62	79,92	69,26	1,27	1,10
312/2011	Пюре картофельное	130	110	5,20	3,98	4,48	3,43	7,35	5,62	90,57	69,26	1,43	1,10
ТТК-458	Ватрушка с повидлом	200/7	150/7	13,33	12,84	13,38	12,76	89,38	83,62	531,29	500,64	39,72	34,38
686/04	Чай с лимоном	1/20	1/20	4,24	4,24	6,72	6,72	4,25	4,25	94,43	94,43	1,61	1,61
	Хлеб "Рябинушка"	146,5 руб.	116,32 руб.	2,87	2,43	3,98	3,37	13,03	11,03	99,46	84,16	34,51	29,20
Итого стоимость питания в день				312,93	285,55	308,63	265,81	1 257,8	1 045,0	9 060,48	7 713,93	447,16	373,81
Итого													

состав. 5.11.2

15

Б