

Рис. 1 — В. П. Гусева

(подпись)

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

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ С 15.05.2022г. по 20.05.2022г.

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ													
№ 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, 19 сентября 22													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	60,05	46,51	54,06	46,62	225,17	176,87	1 627,45	1 313,22	70,4	51,52
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	10,53	8,10	12,62	11,19	47,78	34,58	346,86	271,51	3,96	2,98
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	3,74	3,00	5,91	5,62	15,49	10,35	130,13	104,00	0,04	0,04
				6,63	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,50	149,34	1,37	1,03
				0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17	2,55	1,91
				0,09	0,07			17,17	13,13	69,02	52,78	3,40	2,60
	Второй завтрак			0,09	0,07			17,17	13,13	69,02	52,78	3,40	2,60
707/04	Сок фруктовый разливной	170	130	14,93	13,64	24,90	22,79	90,14	77,51	644,42	569,77	47,10	36,45
	Обед			1,28	1,02	2,59	2,07	5,59	4,48	50,84	40,67	5,01	4,00
ТТК-1025	Салат "Радужный"	50	40	1,81	1,39	3,76	3,01	6,53	4,94	67,22	52,41	38,57	28,93
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	150/5	5,36	5,36	14,30	14,30	8,82	8,82	185,43	185,43	3,52	3,52
ТТК-652, 587/04	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	50/50	2,64	2,03	3,61	2,77	20,66	15,89	125,69	96,68		
510/04	Каша перловая вязкая	130	100					20,66	15,50	82,64	61,98		
ТТК-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из изюма	200	150	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	2,32	2,32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14	1,37	1,37
	Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
	Полдник			3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
697/04	Молоко кипяченое	100	100	31,44	21,64	13,90	10,00	65,02	46,59	510,92	362,93	14,57	8,12
	Ужин			0,52	0,28	0,52	0,28	11,70	6,30	53,56	28,84	13,00	7,00
ТТК-341	Десерт фруктовый Яблоко	130	70	27,75	18,60	11,90	8,56	35,92	24,76	361,75	250,52	0,82	0,56
ТТК-437	Запеканка "Сладкоежка" с соусом сметанным "Сластена"	150/15	100/15	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56
	Чай полусладкий с молоком	200	150	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20										
Итого стоимость питания в день		126,79 руб.	100,66 руб.	56,33	45,65	62,5	53,33	218,78	184,55	1 662,89	1 400,85	84,24	65,85
Вт, 20 сентября 22													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	13,23	10,39	14,05	12,48	66,45	49,88	445,11	353,40	5,01	4,08
ТТК 995	Каша молочная "Дружба" жидкая с маслом	200/3	150/3	3,74	3,00	5,91	5,62	15,49	10,35	130,13	104,00	0,04	0,04
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	6,40	4,81	5,57	4,72	35,22	26,42	216,59	167,41	1,34	1,01
				3,09	2,58	2,57	2,14	15,74	13,11	98,39	81,99	3,63	3,03
				3,02	3,02	2,70	2,70	4,32	4,32	53,68	53,68	0,86	0,86
	Второй завтрак			3,02	3,02	2,70	2,70	4,32	4,32	53,68	53,68	0,86	0,86
698/04	Ацидофилин	100	100	22,56	14,89	19,59	13,03	82,89	67,93	598,15	448,53	73,41	56,68
	Обед			0,97	0,77	2,55	2,04	5,24	4,19	47,83	38,26	29,89	23,91
20/2010	Салат из белокочанной капусты	50	40	4,69	3,51	3,24	2,43	13,44	10,08	101,66	76,25	12,20	9,15
139/04	Суп картофельный с бобовыми	200	150	9,99	4,42	9,18	4,85	5,48	2,42	144,53	71,01	1,38	0,59
ТТК-1026	Биточки рыбные "Морячка"	75	50	2,57	1,98	3,96	3,05	11,42	8,79	91,61	70,47	29,91	23,01
520/04	Пюре картофельное	130	100										

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	1.37	1.37		
	Полдник			3.06	3.06	2.64	2.64	5.06	5.06	56.23	56.23	1.37	1.37		
697/04	Молоко кипяченое	100	100	3.06	3.06	2.64	2.64	5.06	5.06	56.23	56.23	1.37	1.37		
	Ужин			14.46	14.29	23.52	22.48	60.06	57.36	509.72	489.01	3.59	2.86		
ТТК-66	Салат "Солнышко"	50	40	0.59	0.47	5.09	4.07	7.13	5.70	76.72	61.38	3.49	2.79		
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5.52	5.52	5.04	5.04			67.44	67.44				
510/2004	Каша гречневая вязкая с маслом	130/5	130/5	4.08	4.08	7.75	7.75	21.61	21.61	172.47	172.47	0.10	0.07		
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				
	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				126,79 руб.	100.66 руб.										
Ср, 21 сентября 22						68,01	55,31	52,69	44,29	222,57	180,47	1 636,56	1 341,52	85,62	67,25
Завтрак						10,96	8,27	11,25	9,96	68,26	52,57	418,20	332,93	2,22	1,75
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		
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	6,17	4,64	5,12	4,39	32,97	24,74	202,66	156,96	1,37	1,03		
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						0,95	0,73			18,33	14,01	77,11	58,97		
	Напиток из сыворотки	170	130	0,95	0,73			18,33	14,01	77,11	58,97				
Обед						24,86	23,57	23,99	21,29	79,94	67,53	635,11	555,90	65,94	50,31
52/11	Салат из отварной свеклы	50	40	0,91	0,73	3,06	2,45	5,33	4,27	52,49	41,99	6,06	4,85		
134/04	Суп крестьянский со сметаной	200/5	150/5	1,74	1,34	4,96	3,91	7,58	5,74	81,96	63,49	24,79	18,60		
тТК-993	Жаркое "По-деревенски"	50/130	50/100	18,23	17,55	15,31	14,28	14,72	11,32	269,61	243,98	28,69	22,06		
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	1,37	1,37		
Полдник						3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
697/04	Молоко кипяченое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37		
Ужин						28,18	19,68	14,81	10,40	50,98	41,30	449,91	337,49	16,09	13,82
	Десерт фруктовый Яблоко	90	90	0,36	0,36	0,36	0,36	8,10	8,10	37,08	37,08	9,00	9,00		
40/10, соус 351/16	Пудинг из творога с яблоками с соусом молочным сладким	150/15	100/15	24,65	16,56	12,97	8,88	25,48	17,67	317,22	216,84	6,34	4,26		
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		
	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				126,79 руб.	100.66 руб.										
Чт, 22 сентября 22						65,64	48,27	51,76	43,15	264,45	211,39	1 786,26	1 427	53,73	39,16
Завтрак						11,44	9,04	10,98	9,31	44,87	33,68	324,07	254,68	5,75	4,63
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	3,68	2,95	2,24	2,00	15,42	10,28	96,59	70,90	0,04	0,04		
ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	200/3	150/3	4,67	3,51	6,17	5,17	13,71	10,29	129,09	101,79	2,08	1,56		
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						0,09	0,07			17,17	13,13	69,02	52,78	3,40	2,60
707/04	Сок фруктовый разливной	170	130	0,09	0,07			17,17	13,13	69,02	52,78	3,40	2,60		
Обед						33,28	19,79	16,12	10,26	100,72	79,10	681,04	487,90	28,87	21,24
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	1,80	1,38	3,76	3,01	10,59	7,99	83,43	64,57	22,97	17,23		
ТТК -417	Плов "Золотой петушок"	50/150	25/100	27,42	14,42	11,70	6,60	40,39	26,86	376,55	224,56	3,41	2,27		
ТТК-294н	Огурец свежий порциями (доп гарнир)	15	10	0,12	0,08	0,02	0,01	0,38	0,26	2,16	1,44	1,53	1,02		
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	1,37	1,37		
Полдник						3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
697/04	Молоко кипяченое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37		
Ужин						17,77	16,31	22,02	20,94	96,63	80,42	655,90	575,41	14,34	9,32
	Десерт фруктовый Яблоко	120	70	0,48	0,28	0,48	0,28	10,80	6,30	49,44	28,84	12,00	7,00		

с 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
316/04	Макаронные изделия отварные	130	100	4.64	3.57	3.78	2.91	31.67	24.36	179.30	137.92		
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным	200/17	150/17	3.31	3.12	5.46	5.45	33.94	29.54	198.19	179.68	0.09	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		126.79 руб	100.66 руб										
Пт, 23 сентября 22													
Завтрак				55.88	47.45	59.95	51.23	238.08	201.44	1 715.33	1 456.39	168.67	139.61
1/04	Бутерброд с маслом			11.06	8.34	11.30	10.00	69.26	51.85	423.08	330.74	2.06	1.60
311/04	Каша молочная кукурузная с маслом	30/5	20/5	2.27	1.53	4.49	4.21	15.49	10.35	111.49	85.37		
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	200/3	150/3	6.27	4.71	5.17	4.42	39.83	29.88	230.98	178.20	1.31	0.98
Второй завтрак		180	150	2.52	2.10	1.64	1.37	13.94	11.62	80.61	67.17	0.75	0.62
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
Обед				3.00	3.00	2.59	2.59	4.14	4.14	51.85	51.85	0.72	0.72
62/11	Салат из моркови с сахаром	50	40	28.77	23.11	28.67	21.26	89.13	73.66	729.54	578.29	124.25	95.68
148/04	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	0.78	0.62	0.06	0.05	6.64	5.31	30.20	24.16	3.00	2.40
ТТК-739к	Котлеты "Татарские"	75	50	8.05	7.50	7.18	6.67	11.12	8.34	141.33	123.35	2.19	1.83
534/04	Калуста тушеная	130	100	12.09	8.06	17.09	11.06	9.30	6.20	239.33	156.55	0.56	0.37
ТТК-271н	Компот "Фруктово-ягодный" из свежих яблок	200	150	3.83	2.95	3.52	2.70	15.13	11.64	107.50	82.69	113.96	87.67
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	0.18	0.14	0.18	0.14	19.06	14.29	78.58	58.94	4.54	3.41
	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		
697/04	Молоко кипяченое	100	100	3.06	3.06	2.64	2.64	5.06	5.06	56.23	56.23	1.37	1.37
Ужин				3.06	3.06	2.64	2.64	5.06	5.06	56.23	56.23	1.37	1.37
261/2004	Картофельное пюре запеченное с маслом	150/5	150/5	9.99	9.94	14.75	14.74	70.49	66.73	454.63	439.28	40.27	40.24
ТТК-8К	Плюшка "Новомосковская"	50	50	4.01	4.01	10.87	10.87	14.26	14.26	170.88	170.88	36.92	36.92
686/04	Чай с лимоном	200/7	150/7	4.19	4.19	3.64	3.64	31.01	31.01	173.56	173.56	0.05	0.05
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	0.27	0.22	0.06	0.05	15.28	11.52	62.73	47.38	3.30	3.27
Итого стоимость питания в день		126.79 руб	100.66 руб										
Итого				305.91	243.19	280.96	238.62	1 169.1	954.72	8 428.49	6 938.98	462.66	363.39