

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 30.01.2023г. по 03.02.2023 г.

		Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг С	
№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Дет. сад	Ясли	Белки		Жиры		Углеводы		Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли
				Дет.	Ясли	Дет.	Ясли	Дет.	Ясли				
				сад		сад		сад					
Пн, 30 января 23													
Завтрак													
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	2,29	1,72
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	2,55	1,91
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200*	150	0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17	2,40	2,40
Второй завтрак													
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40*	2,40
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-652к, 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		
Полдник													
698/04	Ацидофилин	170	130	5,14	3,93	4,59	3,51	7,34	5,62	91,25	69,78	1,47	1,12
Ужин													
ТТК-1019	Десерт фруктовый Яблоко	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,00	9,00	41,20	41,20	10,00	10,00
	Сырники "Домашние" из творога с соусом сметанным "Сластена"	150/50	100/30	3,28	21,18	8,43	9,62	36,62	26,40	235,48	276,88	0,05	0,48
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		146,5 руб.	116,32 руб.										
Вт, 31 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			67,44	67,44		
	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-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													
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
Обед													
ТТК№357н	Салат "Капуста квашеная"	50	40	12,89	11,27	14,40	10,48	78,70	67,53	495,92	409,36	62,45	51,42
139/04	Суп картофельный с бобовыми	200	150	0,89	0,72	2,51	2,01	4,34	3,47	43,51	34,81	14,10	11,28
				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 с овощ(огурцы сол)	130	40/10	110	2,87	2 43	3,98	3,37	13,03	11,03	99,46	84,16	34,51	29,20	0,56
520/04	Пюре картофельное	200		150	0,50	0 37	0,02	0,02	19,43	14 57	79,92	59,94	0,03	0,02	
ТТК-257н	Напиток "Флодово-ягодный" из сухофруктов	1/20		1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46			
	Хлеб "Рябинушка"	1/41,43		1/41,43	2,32	2 32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14			
	Хлеб "Дарницкий"				5,51	5,51	4,75	4,75	9,12	9,12	101,22	101,22	2,47	2,47	
	Полдник	180		180	5,51	5,51	4,75	4,75	9,12	9,12	101,22	101,22	5,55	5,52	
697/04	Молоко кипяченое				13,64	12,97	16,48	15,84	57,04	49,97	431,06	394,27	2,25	2,25	
	Ужин	60/30		60/30	7,82	7,82	12,12	12,12	10,28	10,28	181,51	117,92			
286/10, соус 356/11	Тефтели мясные с соусом	130		110	4,03	3 41	4,12	3,49	21,54	18 23	139,36	47,38	3,30	3,27	
510/04	Каша гречневая вязкая	200/7		150/7	0,27	0 22	0,06	0,05	15,28	11,52	62,73	47,46			
686/04	Чай с лимоном	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					64,89	58,32	50,67	44,89	256,9	216,97	1 743,23	1 505,25	48,62	40,83	
Ср, 01 февраля 23					13,00	9,80	13,01	11,29	65,78	49,24	432,29	337,65	3,04	2,34	
Завтрак					2,27	1,53	4,49	4,21	15,49	10,35	111,49	85,37	2,29	1,72	
1/04	Бутерброд с маслом	30/5		20/5	8,21	6 17	6 88	5,71	36,35	27 27	240,19	185,11	0,75	0,62	
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3		150/3	2,52	2 10	1 64	1,37	13,94	11 62	80,61	67 17	2,40	2,40	
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180		150	0,50	0 50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40	
	Второй завтрак	100		100	0,50	0 50			10,10	10,10	42,40	42,40	30,53	22,76	
707/04	Сок фруктовый разливной				34,12	31,96	16,92	13,88	101,43	80,07	694,47	573,12	3,19	2,55	
	Обед	50		40	0,83	0 66	0,06	0,05	6,90	5 52	31,49	25,20	23,89	17,91	
62/11	Салат из моркови с сахаром	200/10		150/5	2,02	1 45	4 52	3,01	11,23	8 34	93,65	66 29	3,45	2,30	
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	50/150		50/100	27,43	26 01	11,70	10,18	40,45	27 10	376,85	304,12			
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	200		150					14,97	11 23	59,88	44 91			
ТТК№503	Напиток "Флодово-ягодный" ассорти	1/20		1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46			
	Хлеб "Рябинушка"	1/41,43		1/41,43	2,32	2 32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14	1,23	0,94	
	Хлеб "Дарницкий"				5,10	3 90	4 40	3,36	7,04	5 38	88,15	67 41	1,23	0,94	
	Полдник	170		130	5,10	3 90	4 40	3,36	7,04	5 38	88,15	67 41	11,42	12,39	
698/04	Кефир				12,17	12,16	16,34	16,36	72,55	72 18	485,92	484,67	11,00	12,00	
	Ужин	110		120	0,44	0 48	0,44	0,48	9,90	10 80	45,32	49 44	0,32	0,32	
208/10	Десерт фруктовый Яблоко	150/5		150/5	7,46	7 46	10 26	10 26	31,33	31 33	247,51	247 51	0,10	0,07	
ТТК-475	Макароны запеченные с яйцом с маслом	200/17		150/17	2,75	2 70	5 46	5 44	21,38	20 11	145,63	140 26			
	Чай полусладкий с печеньем сахарным	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					66,21	52,15	68,33	48,3	281,16	221 06	2 004,32	1 527 44	128,62	113,98	
Чт, 02 февраля 23					14,71	11,47	13 81	10,30	61,07	45,81	427,42	321,81	6,27	5,02	
Завтрак					3,68	2,94	2 24	1,95	15,42	10 28	96,59	70 46	0,04	0,04	
3/04	Бутерброд с сыром	30/5		20/5	7,94	5 95	9 00	6 21	29,91	22 42	232,44	169 36	2,60	1,95	
ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	200/5		150/3	3,09	2 58	2 57	2,14	15,74	13 11	98,39	81,99	3,63	3,03	
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180		150	0,50	0 50			10,10	10 10	42,40	42 40	2,40	2,40	
	Второй завтрак	100		100	0,50	0 50			10,10	10 10	42,40	42 40	2,40	2,40	
707/04	Сок фруктовый разливной				34,16	26,97	29 16	20,43	107,39	90 04	828,53	651 89	51,64	40,17	
	Обед	50		40	0,97	0 78	2 55	2 04	5,27	4 22	47,96	38 37	29,91	23,93	
20/2010	Салат из белокочанной капусты	200/10		150/5	2,46	1 78	4 56	3,04	11,04	8 19	95 00	67 27	20 21	15,15	
132/04	Рассольник ленинградский со сметаной	75		50	12,09	8 06	17 09	11,06	9 30	6 20	239,33	156 55	0,56	0,37	
ТТК-739н	Котлеты "Татарские"	130		110	14 70	12 44	4 32	3 65	32 42	27 44	227,34	192 37			
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	200		150	0 10	0 07			21 48	10 11	86,30	86 30	0,96	0,72	
ТТК-272н	Кисель из концентрата полусладкий	1/20		1/20	1,52	1 52	0 18	0 18	9,94	9 94	47,46	47 46			
	Хлеб "Рябинушка"	1/41,43		1/41,43	2,32	2 32	0 46	0 46	17,94	17 94	85,14	85 14	2,47	2,47	
	Хлеб "Дарницкий"				5,51	5 51	4 75	4 75	9 12	9 12	101,22	101 22	2,47	2,47	
	Полдник	180		180	5,51	5 51	4 75	4 75	9 12	9 12	101,22	101 22	65 84	63 92	
697/04	Молоко кипяченое				11 33	7 70	20 61	12 82	93 48	65 99	604 75	410 12			
	Ужин														

		100	100	0,90	0,90			8,40	8,40	37,20	37,20	60,00	60,00
240/10	Десерт фруктовый Апельсин	150/30	100/30	3,05	2,16	9,56	7,19	24,88	18,11	197,77	145,78	5,75	3,85
ТТК-253н	Пудинг из творога с яблоками с соусом сметанным Сладостена	200/34	150/17	5,86	3,12	10,87	5,45	50,26	29,54	322,32	179,68	0,09	0,07
	Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Рябинушка"												
	Итого стоимость питания в день	146,5 руб.	116,32 руб.										
	Пт, 03 февраля 23												
	Завтрак			68,03	61,68	72,65	67,35	253,23	217,93	1 938,96	1 724,33	177,79	150,54
				18,71	15,45	18,46	16,63	67,95	50,87	512,80	414,89	2,99	2,30
		30/5	20/5	2,27	1,53	4,49	4,21	15,49	10,35	111,49	85,37		
1/04	Бутерброд с маслом	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
337/04	Яйцо вареное	200/3	150/3	8,40	6,30	7,29	6,01	38,52	28,90	253,26	194,91	2,24	1,68
ТТК-301	Каша молочная "Дружба" жидкая с маслом	180	150	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий			0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
	Второй завтрак							10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50								
				30,29	28,91	36,33	34,53	78,45	67,72	761,90	697,14	131,25	110,36
	Обед												
		50	40	0,96	0,77	3,55	2,84	4,19	3,35	52,56	42,05	9,31	7,45
ТТК-359н	Винегрет из овощей	200/15	150/15	8,06	7,50	7,18	6,67	11,17	8,38	141,55	123,51	2,22	1,85
148/04	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	75	75	13,41	13,41	21,26	21,26	0,98	0,98	248,90	248,90	1,20	1,20
479/97	Биточки по-белорусски	130	110	3,84	3,25	3,52	2,98	15,17	12,84	107,71	91,14	113,98	96,45
534/04	Капуста тушеная	200	150	0,18	0,14	0,18	0,14	19,06	14,29	78,58	58,94	4,54	3,41
ТТК-271н	Компот "Фруктово-ягодный" из свежих яблок	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Рябинушка"	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14		
	Хлеб "Дарницкий"			5,20	3,98	4,48	3,43	7,35	5,62	90,57	69,26	1,43	1,10
	Полдник												
		170	130	5,20	3,98	4,48	3,43	7,35	5,62	90,57	69,26	1,43	1,10
698/04	Простокваша			13,33	12,84	13,38	12,76	89,38	83,62	531,29	500,64	39,72	34,38
	Ужин												
		50/30	50/30	4,24	4,24	6,72	6,72	4,25	4,25	94,43	94,43	1,61	1,61
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	130	110	2,87	2,43	3,98	3,37	13,03	11,03	99,46	84,16	34,51	29,20
312/2011	Пюре картофельное	75	75	4,43	4,43	2,44	2,44	46,88	46,88	227,21	227,21	0,30	0,30
ТТК-458	Ватрушка с повидлом	200/7	150/7	0,27	0,22	0,06	0,05	15,28	11,52	62,73	47,38	3,30	3,27
686/04	Чай с лимоном	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Рябинушка"												
	Итого стоимость питания в день	146,5 руб.	116,32 руб.										
	Итого			297,67	276,91	306,09	264,47	1 261,2	1 048,1	8 990,2	7 679,8	500,68	426,89