

2,4 группа
 11 группа: сады № 28, 30, 34, 40, 50, 51, 52, 54, 69, 70, 93, 103, 110, 118
 12 группа: сады № 7, 12, 14, 18, 21, 29, 31, 35, 39, 46, 97, 106, 115, 27
 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, 132

"УТВЕРЖДАЮ"
 Генеральный директор
 ООО "Школьное питание"
 Р.И.Мусина

"СОГЛАСОВАНО"
 69 сад РАДУГА
 (№ДОУ)
 Родина А.Е.
 (ФИО руководителя)
 (подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ с 11.08.2025г. по 15.08.2025 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	С	
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли			Дет. сад	Ясли
Пн, 11 августа 25				66,51	50,64	55,78	42,04	242,72	199,96	1 738,86	1 380,91	100,35	85,48
Завтрак				12,91	11,07	11,76	10,62	44,12	33,10	334,00	272,32	1,46	1,10
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5										
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	6,63	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,50	149,34	1,37	1,03
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	0,76	0,57	0,06	0,04	17,62	13,22	74,06	55,54	0,09	0,07
Второй завтрак				0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
Обед				23,40	17,99	26,48	19,15	107,87	90,42	763,32	606,09	60,91	47,15
20/2010	Салат из белокочанной капусты	50	40	0,97	0,77	2,55	2,04	5,24	4,19	47,83	38,26	29,89	23,91
133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	1,76	1,32	1,88	1,41	9,42	7,09	61,65	46,36	24,06	18,07
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
ТТК - 181а	Макароны отварные	130	110	4,60	3,89	4,30	3,63	31,60	26,74	183,46	155,24		
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 "Рябиношка"	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				3,98	3,06	3,43	2,64	6,58	5,06	73,10	56,23	1,78	1,37
697/04	Молоко кипяченое	130	100	3,98	3,06	3,43	2,64	6,58	5,06	73,10	56,23	1,78	1,37
Ужин				25,72	18,02	14,11	9,63	74,05	61,28	526,04	403,87	33,80	33,46
ТТК-495н	Десерт фруктовый Мандарин	85	85	0,68	0,68	0,17	0,17	6,38	6,38	29,75	29,75	32,30	32,30
тк-572н	Пудинг из творога "Пышка" с повидлом	150/30	100/30	21,87	14,58	12,46	8,30	50,27	39,37	400,68	290,55	0,75	0,60
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 "Рябиношка"	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		158,45 руб.	125,81 руб.										
Вт, 12 августа 25				61,26	49,24	52,52	43,3	232,24	195,85	1 646,67	1 370,07	67,52	58,88
Завтрак				10,69	8,30	12,20	10,82	53,28	41,29	365,71	295,73	4,94	4,01
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	0,05	0,05	3,62	3,63	0,07	0,07	33,10	33,11		
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	7,55	5,67	6,01	5,05	37,47	28,11	234,22	180,63	1,31	0,98
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				0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40

707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50					10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
Обед															
425 Пр.№71 от 1	Суп "Гречишное зернышко" с мякотью птицы	200/15	150/10	25,84	17,86	19,33	13,09	87,48	71,68	627,17	475,98	51,86	44,47		
ТТК 491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая	2/40		8,12	5,85	6,88	5,15	12,22	10,51	143,23	111,77	17,21	12,83		
ТТК491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ.(мексик см)			10,75		7,84		15,74		176,51		1,73			
ТТК-294н	Помидоры свежие		40/10		5,63		3,94								
520/04	Пюре картофельное	35	20	0,18	0,10			1,43	0,82	6,43	3,67	4,82	2,75		5,12
ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	130	110	2,45	2,07	3,95	3,34	10,78	9,12	88,48	74,87	28,07	23,75		
	Хлеб "Рябинушка"	200	150	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02		
	Хлеб "Дарницкий"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46				
Полдник		1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14				
698/04	Кефир			4,50	3,30	3,88	2,85	6,21	4,55	77,78	57,04	1,09	0,80		
Ужин		150	110	4,50	3,30	3,88	2,85	6,21	4,55	77,78	57,04	1,09	0,80		
ТТК-396н	Тефтели из птицы с соусом томатным			19,73	19,28	17,11	16,54	75,17	68,23	533,61	498,92	7,23	7,20		
510/04	Каша перловая вязкая	60/30	60/30	12,60	12,60	7,54	7,54	12,01	12,01	166,29	166,29	3,93	3,93		
686/04	Чай с лимоном с печеньем сахарным в ассортименте	130	110	2,64	2,24	3,61	3,05	20,66	17,48	125,69	106,35				
	Хлеб "Рябинушка"	200/7/18	150/7/18	2,97	2,92	5,78	5,77	32,56	28,80	194,17	178,82	3,30	3,27		
	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		158,45 руб.	125,81 руб.												
Ср, 13 августа 25															
Завтрак				63,43	46,89	52,95	43,23	236,87	205,11	1 677,7	1 396,9	115,59	100,5		
1/04	Бутерброд с маслом			8,94	6,96	13,44	11,93	47,35	36,74	346,15	282,06	2,12	1,65		
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	30/5	20/5	0,05	0,05	3,62	3,63	0,07	0,07	33,10	33,11				
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	200/3	150/3	6,17	4,64	5,12	4,39	32,97	24,74	202,66	156,96	1,37	1,03		
Второй завтрак		180	150	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62		
707/04	Сок фруктовый разливной			0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40		
Обед		100	100	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40		
62/11	Салат из моркови с сахаром			34,46	21,34	16,99	11,12	104,96	89,16	710,49	541,96	29,25	22,36		
110/2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	50	40	0,78	0,62	0,06	0,05	6,64	5,31	30,20	24,16	3,00	2,40		
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	200/10	150/5	1,91	1,37	4,51	3,01	10,67	7,91	90,91	64,19	22,69	17,01		
ТТК-258к	Напиток "Плодово-ягодный" из урюка	50/150	25/125	27,42	15,13	11,70	7,36	40,39	33,53	376,55	260,84	3,41	2,84		
	Хлеб "Рябинушка"	200	150	0,51	0,38	0,08	0,06	19,38	14,53	80,23	60,17	0,15	0,11		
	Хлеб "Дарницкий"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46				
Полдник		1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14				
697/04	Молоко кипяченое			8,53	7,61	7,10	6,31	36,47	34,95	243,95	227,08	1,97	1,56		
ТТК-503н	Булочка "Детская "	130	100	3,98	3,06	3,43	2,64	6,58	5,06	73,10	56,23	1,78	1,37		
Ужин		50	50	4,55	4,55	3,67	3,67	29,89	29,89	170,85	170,85	0,19	0,19		
ТТК-495н	Десерт фруктовый Мандарин			11,00	10,48	15,42	13,87	37,99	34,16	334,71	303,40	79,85	72,53		
337/04	Яйцо вареное	85	85	0,68	0,68	0,17	0,17	6,38	6,38	29,75	29,75	32,30	32,30		
ТТК 11н	Картофель "По-деревенски"	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44				
ТТК-475	Чай полусладкий	130	110	3,08	2,61	9,98	8,44	16,61	14,05	168,56	142,63	47,45	40,15		
	Хлеб "Рябинушка"	200	150	0,20	0,15	0,05	0,04	5,06	3,79	21,50	16,12	0,10	0,08		
	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		158,45 руб.	125,81 руб.												
Чт, 14 августа 25															
Завтрак				83,57	67,32	60,84	53,87	268,82	225,92	1 957,17	1 657,75	84,54	75,3		
3/04	Бутерброд с сыром			11,04	8,54	7,85	6,64	52,79	40,88	326,02	257,48	2,48	1,96		
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	30/5	20/5												
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	200/3	150/3	7,99	6,00	5,33	4,54	37,51	28,14	230,02	177,48	1,31	0,98		
		180	150	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98		

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-513н	Салат " Свежесть "	50	40	1,13	0,90	2,56	2,05	29,00	27,31	107,18	92,97	822,45	738,08	45,17	37,07
148/2004	Суп лапша домашняя с мяк. птицы и зеленью	200/15/1	150/15/1	8,06	7,51	7,18	6,67			5,43	4,35	49,27	39,42	37,50	30,00
ТТК-652; 587/04	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	50/50	5,36	5,36	14,30	14,30			11,15	8,37	141,51	123,53	3,19	2,83
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	14,70	12,44	4,32	3,65			8,82	8,82	185,43	185,43	3,52	3,52
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		
Полдник															
698/04	Простокваша	150	110	4,59	3,37	3,96	2,90			6,49	4,76	79,92	58,61	1,27	0,93
Ужин															
ТТК-495н	Десерт фруктовый Мандарин	85	85	0,68	0,68	0,17	0,17			92,26	77,21	686,38	561,18	33,22	32,94
ТТК-341к	Запеканка "Сладкоежка" с соусом сметанным "Сластена"	150/15	100/30	28,59	19,32	13,90	10,90			6,38	6,38	29,75	29,75	32,30	32,30
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным	200/18	150/18	3,46	3,27	5,78	5,77			41,04	30,39	403,68	296,98	0,83	0,57
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18			34,90	30,50	205,49	186,99	0,09	0,07
Итого стоимость питания в день		158,45 руб.	125,81 руб.							9,94	9,94	47,46	47,46		
Пт, 15 августа 25															
Завтрак															
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	0,05	0,05	3,62	3,63			47,88	42,63	53,11	48,92	195,12	165,71
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			15,51	13,18	15,51	14,50	53,71	41,49
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	7,32	5,51	5,21	4,46			14,50	11,62	80,61	67,17	2,03	1,58
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	2,52	2,10	1,64	1,37			0,07	0,07	33,10	33,10		
Второй завтрак															
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50					19,51	17,84	23,26	21,49	84,49	74,24
Обед															
134/04	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200/5	150/5	1,72	1,33	4,96	3,91			7,50	5,67	81,58	63,18	24,50	18,38
ТТК-131	Зразы "Школьные"	60	60	7,84	7,84	12,97	12,97			7,43	7,43	177,80	177,80	1,24	1,24
ТТК-187а	Каша гречневая вязкая	130	110	3,98	3,37	4,64	3,93			21,48	18,18	143,60	121,51		
ТТК-294н	Огурец свежий порциями	30	20	1,63	1,09	0,03	0,02			0,77	0,51	9,86	6,57	3,06	2,04
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															
697/04	Молоко кипяченое	130	100	3,98	3,06	3,43	2,64			6,58	5,06	73,10	56,23	1,78	1,37
Ужин															
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	50/30	4,24	4,24	6,72	6,72			8,48	8,05	10,91	10,29	40,24	34,82
520/04	Пюре картофельное	130	110	2,45	2,07	3,95	3,34			6,58	5,06	73,10	56,23	1,78	1,37
686/04	Чай с лимоном	200/7	150/7	0,27	0,22	0,06	0,05			10,78	9,12	88,48	74,87	28,07	23,75
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18			15,28	11,52	62,73	47,38	3,30	3,27
Итого стоимость питания в день		158,45 руб.	125,81 руб.							9,94	9,94	47,46	47,46		
Итого				322,65	256,72	275,2	231,36	1 175,77	992,55	8 470,47	7 079	436,02	375,82		

	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.				Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг			
	Дет. сад	Ясли	Белки		Жиры		Углеводы		Дет. сад	Ясли	С	С
			Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли				
	ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:											
В среднем в день:												
			268,00	205,50	298,00	232,40	1301,50	1008,50	9007,50	7150,45	249,00	212,90
			53,60	41,10	59,60	46,48	260,30	201,70	1 801,50	1 430,09	49,80	42,58

Рекомендуемые нормы физиологических потребностей для детей с 3 до 7 лет в пищевых веществах и энергии согласно СанПиН 2.3./2.4.3590 - 20 "Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях"

возраст детей	энергетическая ценность, ккал	белки, г	жиры, г	углеводы, г	Витамины С мг
3-7 лет	1800	54	60	261	50
до 3 лет	1400	42	47	203	45

Зам. директора по производству и качеству
 Экономист по ценам
 Ведущий инженер-технолог по производству

Марина
Анна
Л. Р.

Г.Н. Мартынова
 Е. В. Чурилова
 Л. Р. Загидуллина