

11 группа: сады № 28, 30, 34, 40, 50, 50(ф), 51, 52, 54, 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
18 группа: сады № 8, 9, 16, 27, 62, 65, 66, 82, 86, 108, 109, 118

УТВЕРЖДАЮ:
Главный специалист отдела
дошкольного образования
Фатхуллина Г.А.

2,4 группа

НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ С 15.07.19г по 19.07.19г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Цена		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
						Белки		Жиры		Углеводы				С	
№ рец.	<u>ПОНЕДЕЛЬНИК 15 /07</u>	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
	<u>Завтрак</u>														
1./04	Батон с маслом	20/5	20/5	4,18	4,18	1,63	1,63	4,70	4,70	10,40	10,40	90,42	90,42	0,00	0,00
510./04	Каша пшеничная (вязкая) с сахаром	200	150	5,30	3,98	5,26	3,95	5,26	3,95	38,31	28,73	221,55	166,16	0,00	0,00
648./04	Кисель	200	150	1,94	1,45	0,00	0,00	0,00	0,00	30,60	22,95	118,00	88,50	0,00	0,00
	Итого			11,42	9,61	6,89	5,58	9,96	8,65	79,31	62,08	429,97	345,08	0,00	0,00
	<u>2 Завтрак</u>														
707./04	Сок разливной	160	160	3,95	3,95	0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	9,60	38,40	38,40	3,20	3,20
	Итого			3,95	3,95	0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	9,60	38,40	38,40	3,20	3,20
	<u>Обед</u>														
ТТК-62	Салат из отварной свеклы	60	45	2,11	1,58	0,54	0,45	3,24	2,70	4,32	3,60	48,60	40,50	4,66	3,88
ТТК-425	Суп "Гречишное зёрнышко"	200	150	4,73	3,55	1,98	1,48	2,42	1,81	13,68	10,26	84,42	63,25	6,6	4,9
ТТК-338	Рагу из мякоти птицы	50/150	50/100	28,68	25,98	18,49	13,87	11,62	10,20	44,23	19,04	394,05	241,80	0,51	0,38
ТТК-315	Компот "Фруктовый" из изюма	200	150	3,30	2,48	0,40	0,30	0,00	0,00	27,40	20,50	111,20	83,20	0,00	0,00
	Хлеб "Рябиனுшка"	1/20	1/20	1,22	1,22	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,30	2,01	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			42,34	36,82	19,35	9,93	18,14	15,52	120,51	81,67	794,35	572,07	11,77	9,16
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое	180	180	10,36	10,36	5,31	5,31	4,50	4,50	8,91	8,91	97,38	97,38	2,46	2,46
	Итого			10,36	10,36	5,31	5,31	4,50	4,50	8,91	8,91	97,38	97,38	2,46	2,46
	<u>Ужин</u>														
ТТК-997	Биточки рыбные из пикши	75	75	32,55	32,55	15,77	15,77	2,76	2,76	7,30	7,30	117,00	117,00	2,29	2,29
510./04	Каша рисовая вязкая	130	130	3,80	3,80	1,95	1,50	5,07	3,90	19,89	15,30	132,99	102,30	0,00	0,00
ТТК-475	Чай полусладкий с мармеладом	200/15	150/15	2,41	2,27	0,18	0,18	0,00	0,00	16,93	16,93	69,40	69,40	0,04	0,04
	Хлеб "Рябиனுшка"	1/20	1/20	1,22	1,22	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			39,98	39,84	19,50	19,05	8,23	7,06	54,12	49,53	373,39	342,70	2,33	2,33
	Итого за день			108,05	100,58	51,05	39,87	40,83	35,73	272,45	211,79	1733,49	1395,63	19,76	17,15
	<u>ВТОРНИК 16 /07</u>														
	<u>Завтрак</u>														
3./04	Батон с маслом с сыром	20/5/5	20/5/5	7,11	7,11	2,93	2,93	6,05	6,05	10,40	10,40	107,77	107,77	0,14	0,14

163/04	Суп молочный с клецками	200	150	8,43	6,32	6,86	5,14	6,29	4,25	23,14	17,35	226,87	166,40	0,00	0,00
395/10	Кофейный напиток с молоком	180	150	5,97	4,81	2,85	2,34	2,41	2,00	14,36	10,63	91,00	70,00	1,17	0,98
	Итого			21,51	18,24	12,64	10,41	14,75	12,30	47,90	38,38	425,64	344,17	1,31	1,12
	<u>2 Завтрак</u>														
707./04	Сок разливной	150	150	3,70	3,70	0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	9,60	38,40	38,40	3,20	3,20
	Итого			3,70	3,70	0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	9,60	38,40	38,40	3,20	3,20
	<u>Обед</u>														
ТТК-42н	Салат "Северный" (клюква)	60	45	3,53	2,65	0,87	0,07	3,80	2,30	3,83	4,05	64,41	39,91	26,21	15,72
142./04	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200/25	150/25	15,73	14,47	6,72	4,61	8,51	4,77	20,31	17,89	140,12	115,50	10,78	10,78
ТТК-131	Зразы "Школьные"	60	60	14,82	14,82	9,10	9,10	10,50	10,50	8,80	8,80	166,00	166,00	0,00	0,00
510./04	Каша гречневая вязкая	150	100	3,83	2,55	4,50	3,00	6,75	4,50	22,26	14,84	168,15	112,10	0,00	0,00
ТТК-315	Компот "Фруктовый" из кураги	200	150	3,11	2,33	1,20	0,90	0,00	0,00	31,60	23,70	126,00	94,50	0,00	0,00
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,22	1,22	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,30	2,01	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			44,54	40,05	20,33	17,12	30,42	22,88	117,68	97,55	820,76	671,33	36,99	26,50
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое	180	180	10,36	10,36	5,31	5,31	4,50	4,50	8,91	8,91	97,38	97,38	2,46	2,46
	Итого			10,36	10,36	5,31	5,31	4,50	4,50	8,91	8,91	97,38	97,38	2,46	2,46
	<u>Ужин</u>														
	Десерт фруктовый "Апельсин"	120	120	10,47	10,47	0,87	0,87	0,00	0,00	8,09	8,09	43,00	43,00	15,31	15,31
362/04	Пудинг из творога с соус сметанным "Сластена"	150/30	100/30	48,68	33,27	22,10	16,00	17,10	12,30	35,60	25,70	385,00	278,00	0,48	0,32
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,55	0,41	0,18	0,13	0,00	0,00	4,78	3,58	19,90	14,92	0,04	0,03
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,22	1,22	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			60,92	45,37	24,75	18,60	17,50	12,70	58,47	47,37	501,90	389,92	15,83	15,66
	Итого за день			141,03	117,72	63,03	51,44	67,17	52,38	242,56	201,81	1884,08	1541,20	59,79	48,94
	<u>СРЕДА 17 /07</u>														
	<u>Завтрак</u>														
1./04	Батон с маслом	20/5	20/5	4,18	4,18	1,63	1,63	4,70	4,70	10,40	10,40	90,42	90,42	0,00	0,00
ТТК-981	Каша молочная "5 злаков" (вязкая) с маслом	200/3	150/3	11,90	9,31	8,35	6,26	8,29	6,84	33,75	25,36	243,40	188,17	1,60	1,20
ТТК-305	Какао с молоком	180	150	5,99	4,99	2,95	2,46	3,24	2,70	22,82	19,02	132,26	110,22	1,43	1,20
	Итого			22,07	18,48	12,93	10,35	16,23	14,24	66,97	54,78	466,08	388,81	3,03	2,40
	<u>2 Завтрак</u>														
698./04	Кефир	170	140	14,00	11,53	4,50	4,05	3,75	3,38	6,00	5,40	75,75	68,18	1,08	0,97
	Итого			14,00	11,53	4,50	4,05	3,75	3,38	6,00	5,40	75,75	68,18	1,08	0,97
	<u>Обед</u>														
	Помидор свежий порционный	30	20	3,10	2,06	0,18	0,12	0,00	0,00	1,26	0,84	5,97	3,98	7,50	5,00
139./04	Суп карт. с бобовыми (горох)	200	150	4,63	3,47	4,96	3,72	4,48	3,36	17,84	13,38	131,52	98,64	4,60	3,45
ТТК-738	Котлеты "Крестьянские"	75	75	20,20	20,20	10,00	10,00	3,00	3,00	6,00	6,00	90,00	90,00	0,35	0,35
534/04	Капуста тушеная	130	130	5,58	5,58	3,75	3,25	6,92	6,00	16,15	14,00	141,30	122,46	24,55	21,28

ТТК-911	Напиток "Цитрусовый"	200	150	3,89	2,92	0,12	0,09	0,04	0,03	21,42	16,07	86,44	64,83	5,00	3,75
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,22	1,22	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,30	2,01	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			40,92	37,46	16,95	11,01	15,30	13,20	93,55	78,56	611,31	523,23	42,00	33,83
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое	180	180	10,36	10,36	5,31	5,31	4,50	4,50	8,91	8,91	97,38	97,38	2,46	2,46
ТТК-814	Булочка "Домашняя"	30	30	1,15	1,15	2,24	2,24	3,93	3,93	18,27	18,27	117,63	117,63	0,00	0,00
	Итого			11,51	11,51	7,55	7,55	8,43	8,43	27,18	27,18	215,01	215,01	2,46	2,46
	<u>Ужин</u>														
ТТК-730	Фрикад. рыбные "Капелька" с соус. томатн	50/30	50/30	12,26	12,26	7,28	7,28	5,44	5,44	6,17	6,17	102,70	102,70	3,59	3,59
520./04	Картофельное пюре	130	130	7,66	7,66	3,00	2,60	4,80	4,16	20,40	17,68	140,00	121,33	18,10	15,69
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,55	0,41	0,18	0,13	0,00	0,00	4,78	3,58	19,90	14,92	0,04	0,03
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,22	1,22	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			21,69	21,55	12,06	11,61	10,64	10,00	41,35	37,43	316,60	292,95	21,73	19,31
	Итого за день			110,19	100,53	53,99	44,57	54,35	49,24	235,05	203,35	1684,75	1488,18	70,30	58,97
	ЧЕТВЕРГ 18/07														
	<u>Завтрак</u>														
3./04	Батон с маслом с сыром	20/5/5	20/5/5	7,11	7,11	2,93	2,93	6,05	6,05	10,40	10,40	107,77	107,77	0,14	0,14
311./04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	12,40	9,68	3,10	2,40	5,00	3,80	21,10	16,00	140,00	107,80	0,00	0,00
395/10	Кофейный напиток с молоком	180	150	5,97	4,81	2,85	2,34	2,41	2,00	14,36	10,63	91,00	70,00	1,17	0,98
	Итого			25,48	21,60	8,88	7,67	13,46	11,85	45,86	37,03	338,77	285,57	1,31	1,12
	<u>2 Завтрак</u>														
707./04	Сок разливной	160	160	3,95	3,95	0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	9,60	38,40	38,40	3,20	3,20
	Итого			3,95	3,95	0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	9,60	38,40	38,40	3,20	3,20
	<u>Обед</u>														
ТТК-1025	Салат "Радужный"	60	45	3,62	2,72	1,50	1,13	3,90	2,93	6,20	4,65	66,10	49,58	5,70	4,28
148./04	Суп -лапша домашняя с мясными фрикадельками	200/25	150/25	10,84	9,56	7,64	5,94	7,74	6,02	11,42	8,88	148,00	115,11	0,65	0,51
437/04	Гуляш из говядины	50/50	50/50	36,78	36,78	13,90	13,90	6,50	6,50	4,00	4,00	132,00	132,00	0,06	0,06
510./04	Каша перловая вязкая	130	100	3,09	2,37	2,67	2,05	3,46	2,66	18,97	14,59	117,65	90,50	0,00	0,00
ТТК-317	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов	200	150	1,50	1,12	0,60	0,45	0,00	0,00	31,40	23,55	124,00	93,00	0,45	0,34
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,22	1,22	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,30	2,01	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			59,35	55,78	24,25	12,30	22,46	18,92	102,87	83,94	743,83	623,51	6,86	15,18
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое	180	180	10,36	10,36	5,31	5,31	4,50	4,50	8,91	8,91	97,38	97,38	2,46	2,46
	Итого			10,36	10,36	5,31	5,31	4,50	4,50	8,91	8,91	97,38	97,38	2,46	2,46
	<u>Ужин</u>														
	Десерт фруктовый "Банан"	134	106	13,23	10,46	1,98	1,56	0,00	0,00	29,57	23,30	126,19	99,42	15,84	12,40

ТТК-1019	Сырники "Домашние" из творога с соусом молочным	150/30	100/50	51,78	36,06	28,60	19,64	20,35	14,92	21,06	18,00	381,79	284,84	0,46	0,41
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,55	0,41	0,18	0,13	0,00	0,00	4,78	3,58	19,90	14,92	0,04	0,03
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,22	1,22	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			66,78	48,15	32,36	22,33	20,75	15,32	65,41	54,88	581,88	453,18	16,34	12,84
	Итого за день			165,92	139,84	70,80	47,61	61,17	50,59	232,65	194,36	1800,26	1498,04	30,17	34,80
	<u>ПЯТНИЦА 19 /07</u>														
	<u>Завтрак</u>														
3./04	Батон с маслом с сыром	20/5/5	20/5/5	7,11	7,11	2,93	2,93	6,05	6,05	10,40	10,40	107,77	107,77	0,14	0,14
161./04	Суп молочный с рисом	200	150	7,02	5,26	5,76	4,32	6,64	4,98	19,28	14,46	160,00	120,00	0,90	0,67
ТТК-305	Какао с молоком	180	150	5,99	4,99	2,95	2,46	3,24	2,70	22,82	19,02	132,26	110,22	1,43	1,20
	Итого			20,12	17,36	11,64	9,71	15,93	13,73	52,50	43,88	400,03	337,99	2,47	2,01
	<u>2 завтрак</u>														
698./04	Простокваша	170	145	13,53	11,54	3,78	3,40	4,32	3,89	5,34	4,81	74,36	66,92	1,04	0,94
	Итого			13,53	11,54	3,78	3,40	4,32	3,89	5,34	4,81	74,36	66,92	1,04	0,94
	<u>Обед</u>														
	Огурец свежий порционный	45	40	2,03	1,81	0,30	0,30	0,00	0,00	0,98	0,98	5,06	5,06	3,75	3,75
110./04	Борщ из св. капусты с карт. со сметаной	200/5	150/5	5,81	4,58	1,74	1,34	4,91	3,87	10,64	8,02	93,71	72,27	8,21	6,16
ТТК-739	Котлеты "Татарские"	75	75	18,04	18,04	9,00	9,00	10,00	10,00	3,00	3,00	139,00	139,00	0,34	0,34
510/04	Каша ячневая вязкая	130	130	3,06	3,06	2,80	2,15	5,20	4,00	18,46	14,20	131,56	101,20	0,00	0,00
ТТК-315	Компот "Фруктовый" из изюма	200	150	3,30	2,48	0,40	0,30	0,00	0,00	27,40	20,50	111,20	83,20	0,00	0,00
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,22	1,22	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,30	2,01	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			35,76	33,20	12,18	6,92	20,97	17,58	141,71	74,97	636,61	505,10	28,25	25,25
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое с печеньем "Мона"	180/12	180/12	11,32	11,32	6,27	6,27	6,18	6,18	17,07	17,07	148,98	148,98	2,46	2,46
	Итого			11,32	11,32	6,27	6,27	6,18	6,18	17,07	17,07	148,98	148,98	2,46	2,46
	<u>Ужин</u>														
	Десерт фруктовый "Апельсин"	120	120	10,47	10,47	0,87	0,87	0,00	0,00	8,09	8,09	43,00	43,00	15,31	15,31
337./04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	4,68	4,68	5,10	5,10	4,60	4,60	0,30	0,30	63,00	63,00	0,00	0,00
151/10	Картофель, запеченный в сметанном соусе	150	150	11,51	11,51	3,00	3,00	12,45	12,45	17,25	17,25	193,05	193,05	7,90	7,90
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,55	0,41	0,18	0,13	0,00	0,00	4,78	3,58	19,90	14,92	0,04	0,03
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,22	1,22	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			28,43	28,29	10,75	10,70	17,45	17,45	40,42	39,22	372,95	367,97	23,25	23,24
	Итого за день			109,16	101,71	44,62	37,00	64,85	58,82	257,04	179,95	1632,93	1426,96	57,47	53,90

	Цена		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
			Белки		Жиры		Углеводы				С	
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:	634,35	560,38	283,5	220,5	288,4	246,8	1239,8	991,3	8735,5	7350,0	237,5	213,7
В среднем в день	126,87	112,08	56,70	44,10	57,67	49,35	247,95	198,25	1747,10	1470,00	47,50	42,75

Рекомендуемые нормы физиологических потребностей для детей с 3 до 7 лет в пищевых веществах и энергии согласно СанПиН 2.4.1.3049 - 13 "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 (мг)
					С
3-7 лет	1710- 1890	51,3- 56,7	57- 63	247,95- 274,05	47,5- 52,5
до 3 лет	1330- 1470	39,9- 44,1	44,65- 49,35	192,85- 213,15	42,75- 47,25

Генеральный директор

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам. начальника производственного отдела

В.П. Гусева

Г.Н. Мартынова

Н.В. Журавлева

Л.Х. Гузаирова