

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

"СОГЛАСОВАНО"  
 Заведующий МБДОУ "Детский сад "Берёзка"  
 (МБДОУ)  
 М.А. Фарурадинова  
 (Ф.И.О. руководителя)  
 (подпись)



**ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 08.06.2026г. по 11.06.2026 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	Дет. сад	Ясли	
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли					
<b>Пн, 08 июня 26</b>														
<b>Завтрак</b>														
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	2,45	1,85	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71			
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	0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17	2,55	1,91	
<b>Второй завтрак</b>														
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	
<b>Обед</b>														
ТТК-2н	Зеленый горошек порциями	15	10	1,02	0,68	0,08	0,05	3,53	2,36	18,93	12,62	2,22	1,48	
134/04	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200/5	155	1,75	1,34	5,01	3,95	8,72	6,58	86,96	67,22	23,22	17,42	
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	27,35	25,98	11,69	10,18	40,01	26,80	374,66	302,67	3,04	2,03	
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 белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32			
<b>Уплотненный полдник</b>														
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44			
ТТК - 181а	Макаронные отварные	130	110	4,59	3,88	4,29	3,63	31,56	26,70	183,26	155,06			
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	
ТТК-814	Булочка домашняя	30	30	2,16	2,16	4,10	4,10	18,48	18,48	119,46	119,46			
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32			
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61			
<b>Итого стоимость питания в день</b>		<b>177,47 руб. 140,91 руб.</b>		48,88	37,12	57,47	46,73	252,55	207,75	1 722,98	1 400,1	74,42	63,33	
<b>Вт, 09 июня 26</b>														
<b>Завтрак</b>														
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	3,88	1,65	5,90	4,22	15,37	10,27	130,13	85,70	0,04		
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	7,32	5,51	5,21	4,46	39,70	29,80	235,01	181,33	1,26	0,96	
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62	
<b>Второй завтрак</b>														
698/04	Ряженка	100	100	3,09	3,09	6,18	6,18	4,22	4,22	84,87	84,87	0,31	0,31	

	<b>Обед</b>															
ТТК-528н	Салат "Сельский"	50		21,81	15,30	23,72	16,91	97,73	76,64	691,62	520,06	53,72	43,84			
110/2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	40	1,30	1,04	7,05	5,64	3,76	3,01	83,73	66,98	7,48	5,99			
ТТК-499н	Палочки рыбко-крупяные из минтая	2/40	150/5	1,83	1,40	3,80	3,04	11,63	8,45	88,03	66,76	21,85	16,36			
ТТК-491к	Палочки рыбко-крупяные из минтая с овощ. (зелен гор)		1/40/10	10,75		7,84		15,74		176,51		1,73				
520/04	Пюре картофельное	130	110	2,86	2,42	4,26	3,60	19,17	16,22	126,47	107,01	22,51	19,04		2,34	
ТТК-258к	Напиток "Плодово-ягодный" из урюка	200	150	0,51	0,38	0,08	0,06	19,38	14,53	80,23	60,17	0,15	0,11			
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61					
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32					
	<b>Уплотненный полдник</b>															
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	140	140	10,06	9,30	11,76	11,05	81,22	74,89	470,96	436,15	18,32	17,60			
ТТК-187а	Каша гречневая вязкая	130	110	3,98	3,37	4,64	3,93	21,48	18,18	143,60	121,51	14,00	14,00			
	Сок фруктовый с печеньем сахарным в ассортименте	180/20	150/20	3,90	3,75	6,36	6,36	37,38	34,35	222,36	209,64	4,32	3,60			
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32					
	<b>Итого стоимость питания в день</b>															
		177,47 руб.	140,91 руб.	82,44	69,39	46,76	40,75	200,27	161,3	1 551,67	1 289,47	113,13	100,79			
	<b>Ср, 10 июня 26</b>															
2/04	<b>Завтрак</b>															
311/04	Бульброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	10,75	8,13	12,16	10,71	69,48	53,61	430,41	343,33	2,64	2,11			
ТТК-198н	Каша молочная рисовая жидкая с маслом	200/3	150/3	2,45	1,65	4,52	4,22	21,23	16,13	135,44	109,14	0,10	0,10			
	Какао с молоком полусладкое	180	150	5,25	3,94	5,12	4,39	32,97	24,74	198,97	154,19	1,37	1,03			
	<b>Второй завтрак</b>															
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			
	<b>Обед</b>															
13/2010	Салат из свежих огурцов	50	40	35,17	33,88	18,85	16,50	55,46	42,65	532,07	454,65	42,14	30,43			
148/04	Суп лапша домашняя с мясными фрикадельками "Останкинские"	200/25	150/25	2,47	1,98	5,04	4,03	1,16	0,93	59,91	47,92	4,64	3,71			
	Рагу из мякоти птицы	50/150	50/100	26,16	25,17	7,65	6,32	22,21	14,95	262,31	217,41	24,99	16,66			
ТТК-503	Напиток "Плодово-ягодный" ассорти	200	150	0,01	0,01	0,01		16,66	12,50	66,73	50,05	0,20	0,15			
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32					
	<b>Уплотненный полдник</b>															
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	110	110	0,99	0,99			9,24	9,24	40,92	40,92	66,98	66,88			
ТТК-341н	Творожник "Зебра" с соусом сметанным "Сластена"	150/15	100/30	27,71	19,17	12,37	10,26	27,92	22,33	333,89	258,29	0,88	0,80			
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,20	0,15	0,05	0,04	5,06	3,79	21,50	16,12	0,10	0,08			
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32					
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61					
	<b>Итого стоимость питания в день</b>															
		177,47 руб.	140,91 руб.	60,39	49,56	55,21	46,68	227,54	186,26	1 648,65	1 363,36	23,67	19,04			
	<b>Чт, 11 июня 26</b>															
	<b>Завтрак</b>															
3/04	Бульброд с сыром	30/5	20/5	11,29	8,51	10,72	8,90	62,58	46,87	391,95	301,55	2,12	1,65			
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	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62			
	<b>Второй завтрак</b>															
698/04	Простокваша	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84			
	<b>Обед</b>															
ТТК-513н	Салат "Свежень"	50	40	32,06	24,68	25,04	18,92	94,54	75,97	731,83	573,02	17,22	13,09			
139/04	Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы	200/15	150/15	1,13	0,90	2,56	2,05	5,43	4,35	49,27	39,42	37,50	30,00			
ТТК-992	Мясо "Нежное" в соусе	40/50	25/25	10,56	9,41	7,00	6,53	15,88	11,99	168,80	144,41	9,93	7,63			
				13,06	8,06	11,12	6,64	3,68	1,84	167,03	99,39	1,22	0,61			

