

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

"СОГЛАСОВАНО"
 Общественный
 (Инициатор) МДН "Детский сад - Берег"
 (Инициатор) М. А. Захарова
 (ФИО инициатора)
 (подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 22.06.2026г. по 26.06.2026 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	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли										
	Пн, 22 июня 26																		
	Завтрак																		
1/04	Булерброд с маслом	30/5	20/5	2,45	1,95	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								
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17								
	Второй завтрак																		
697/04	Молоко кипяченое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23								
	Обед																		
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								
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	27,35	25,96	11,69	10,18	40,01	26,80	374,68	302,67								
ТТК-2н	Зеленый горошек порциями (доп. гарнир)	15	10	1,02	0,68	0,08	0,05	3,53	2,36	18,93	12,62								
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								
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32								
	Уплотненный полдник																		
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04	31,56	26,70	183,26	155,06								
ТТК - 181а	Макаронные отварные	130	110	4,59	3,88	4,29	3,63	7,46	5,59	48,15	36,11								
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	1,65	1,24	1,30	0,96	4,10	3,00	119,46	119,46								
ТТК-814	Булочка домашняя	30	30	2,16	2,16	4,10	4,10	18,48	18,48	47,32	47,32								
	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								
	Итого стоимость питания в день	177,47 руб.	140,91 руб.	48,88	37,12	57,47	46,73	252,55	207,75	1 722,98	1 400,1								
	Вт, 23 июня 26																		
	Завтрак																		
3/04	Булерброд 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								
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								
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99								
	Второй завтрак																		
698/04	Ряженка	100	100	3,09	3,09	6,18	6,18	4,22	4,22	84,87	84,87								
	Обед																		
	Итого стоимость питания в день			21,81	15,30	23,72	16,91	97,73	76,64	691,62	520,06								
	Итого стоимость питания в день			48,88	37,12	57,47	46,73	252,55	207,75	1 722,98	1 400,1								
	Итого стоимость питания в день			13,92	9,43	15,81	12,59	69,38	52,00	475,53	359,02								
	Итого стоимость питания в день			3,88	1,65	5,90	4,22	15,37	10,27	130,13	85,70								
	Итого стоимость питания в день			7,32	5,51	5,21	4,46	39,70	29,80	235,01	181,33								
	Итого стоимость питания в день			2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99								
	Итого стоимость питания в день			3,09	3,09	6,18	6,18	4,22	4,22	84,87	84,87								
	Итого стоимость питания в день			3,09	3,09	6,18	6,18	4,22	4,22	84,87	84,87								
	Итого стоимость питания в день			21,81	15,30	23,72	16,91	97,73	76,64	691,62	520,06								
	Итого стоимость питания в день			48,88	37,12	57,47	46,73	252,55	207,75	1 722,98	1 400,1								
	Итого стоимость питания в день			13,92	9,43	15,81	12,59	69,38	52,00	475,53	359,02								
	Итого стоимость питания в день			3,88	1,65	5,90	4,22	15,37	10,27	130,13	85,70								
	Итого стоимость питания в день			7,32	5,51	5,21	4,46	39,70	29,80	235,01	181,33								
	Итого стоимость питания в день			2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99								
	Итого стоимость питания в день			3,09	3,09	6,18	6,18	4,22	4,22	84,87	84,87								
	Итого стоимость питания в день			3,09	3,09	6,18	6,18	4,22	4,22	84,87	84,87								
	Итого стоимость питания в день			21,81	15,30	23,72	16,91	97,73	76,64	691,62	520,06								
	Итого стоимость питания в день			48,88	37,12	57,47	46,73	252,55	207,75	1 722,98	1 400,1								
	Итого стоимость питания в день			13,92	9,43	15,81	12,59	69,38	52,00	475,53	359,02								
	Итого стоимость питания в день			3,88	1,65	5,90	4,22	15,37	10,27	130,13	85,70								
	Итого стоимость питания в день			7,32	5,51	5,21	4,46	39,70	29,80	235,01	181,33								
	Итого стоимость питания в день			2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99								
	Итого стоимость питания в день			3,09	3,09	6,18	6,18	4,22	4,22	84,87	84,87								
	Итого стоимость питания в день			3,09	3,09	6,18	6,18	4,22	4,22	84,87	84,87								
	Итого стоимость питания в день			21,81	15,30	23,72	16,91	97,73	76,64	691,62	520,06								
	Итого стоимость питания в день			48,88	37,12	57,47	46,73	252,55	207,75	1 722,98	1 400,1								
	Итого стоимость питания в день			13,92	9,43	15,81	12,59	69,38	52,00	475,53	359,02								
	Итого стоимость питания в день			3,88	1,65	5,90	4,22	15,37	10,27	130,13	85,70								
	Итого стоимость питания в день			7,32	5,51	5,21	4,46	39,70	29,80	235,01	181,33								
	Итого стоимость питания в день			2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99								
	Итого стоимость питания в день			3,09	3,09	6,18	6,18	4,22	4,22	84,87	84,87								
	Итого стоимость питания в день			3,09	3,09	6,18	6,18	4,22	4,22	84,87	84,87								
	Итого стоимость питания в день			21,81	15,30	23,72	16,91	97,73	76,64	691,62	520,06								
	Итого стоимость питания в день			48,88	37,12	57,47	46,73	252,55	207,75	1 722,98	1 400,1								
	Итого стоимость питания в день			13,92	9,43	15,81	12,59	69,38	52,00	475,53	359,02								
	Итого стоимость питания в день			3,88	1,65	5,90	4,22	15,37	10,27	130,13	85,70								
	Итого стоимость питания в день			7,32	5,51	5,21	4,46	39,70	29,80	235,01	181,33								
	Итого стоимость питания в день			2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99								
	Итого стоимость питания в день			3,09	3,09	6,18	6,18	4,22	4,22	84,87	84,87								
	Итого стоимость питания в день			3,09	3,09	6,18	6,18	4,22	4,22	84,87	84,87								
	Итого стоимость питания в день			21,81	15,30	23,72	16,91	97,73	76,64	691,62	520,06								
	Итого стоимость питания в день			48,88	37,12	57,47	46,73	252,55	207,75	1 722,98	1 400,1								
	Итого стоимость питания в день			13,92	9,43	15,81	12,59	69,38	52,00	475,53	359,02								
	Итого стоимость питания в день			3,88															

ТТК-528н	Салат "Сельский"	50	40	1,30	1,04	7,05	5,64	3,76	3,01	83,73	66,98	7,48	5,99
110/2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	1,83	1,40	3,80	3,04	11,63	8,45	88,03	66,76	21,85	16,36
ТТК-499н	Палочки рыбо-крупяные из минтая	2/40	1/40/10	10,75	6,05	7,84	3,97	15,74	9,81	176,51	99,21	1,73	2,34
ТТК-491к	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ (зелён.гор)	130	110	2,86	2,42	4,26	3,60	19,17	16,22	126,47	107,01	22,51	19,04
520/04	Пюре картофельное	200	150	0,51	0,38	0,08	0,06	19,38	14,53	80,23	60,17	0,15	0,11
ТТК-258к	Напиток "Плодово-ягодный" из урожая	44/6	36/25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
	Хлеб "Дарницкий"	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Хлеб белый			10,06	9,30	11,76	11,05	81,22	74,89	470,96	436,15	18,32	17,60
ТТК-495н	Уплотненный полдник	140	140	0,56	0,56	0,56	0,56	12,60	12,60	57,68	57,68	14,00	14,00
ТТК-187а	Десерт фруктовый Яблоко	130	110	3,98	3,37	4,64	3,93	21,48	18,18	143,60	121,51		
	Каша гречневая вязкая	180/20	150/20	3,90	3,75	6,36	6,36	37,38	34,35	222,36	209,64	4,32	3,60
	Сок фруктовый с пectином сахарным в ассортименте	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Хлеб белый	177,47 руб.	140,91 руб.										
Итого стоимость питания в день													
Ср, 24 июня 26													
	Завтрак			81,89	68,95	48,53	42,17	198,46	159,85	1 558,25	1 294,74	104,3	93,72
2/04	Бутерброд 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
311/04	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
ТТК-198н	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
	Второй завтрак			3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
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
14/10	Салат из свежих помидоров	50	40	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
148/04	Суп лапша домашняя с мясными фрикадельками	200/25	150/25	34,62	33,44	20,62	17,92	53,65	41,20	538,65	459,92	33,31	23,36
ТТК № 338к	"Останкинские"			0,35	0,28	4,55	3,64	2,46	1,97	52,24	41,80	6,17	4,93
ТТК-503	Рагу из мякоти птицы			6,48	6,36	8,21	7,76	2,56	2,02	110,05	103,34	1,95	1,62
	Напиток "Плодово-ягодный" ассорти			26,16	25,17	7,65	6,32	22,21	14,95	262,31	217,41	24,99	16,66
	Хлеб белый	1/20	1/20	0,01	0,01	0,01	0,01	16,66	12,50	66,73	50,05	0,20	0,15
ТТК-495н	Уплотненный полдник	110	110	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
ТТК - 341н	Десерт фруктовый Апельсин	150/15	100/30	33,46	24,32	13,11	10,90	70,27	59,98	532,96	435,26	66,98	66,88
ТТК-475	Творожник "Зебра" с соусом сметанным "Сластена"	200	150	0,99	0,99			9,24	9,24	40,92	40,92	66,00	66,00
	Чай полусладкий	1/20	1/20	27,71	19,17	12,37	10,26	27,92	22,33	333,89	258,29	0,88	0,80
	Хлеб белый	44,6	36,25	0,20	0,15	0,05	0,04	5,06	3,79	21,50	16,12	0,10	0,08
	Хлеб "Дарницкий"			1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Итого стоимость питания в день	177,47 руб.	140,91 руб.										
Чт, 25 июня 26													
	Завтрак			60,9	49,97	56,17	47,45	226,14	185,14	1 653,71	1 367,4	55,13	44,21
3/04	Бутерброд 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	2,40	1,60	0,90	0,60	15,30	10,20	78,90	52,60		
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	6,17	4,64	5,12	4,39	32,97	24,74	202,66	156,96	1,37	1,03
698/04	Простокваша	100	100	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62
	Второй завтрак			3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
ТТК-513н	Салат "Свежесть"	50	40	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
139/04	Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы	200/15	150/15	32,57	25,09	26,00	19,69	93,14	74,85	736,89	577,06	48,68	38,26
ТТК-992	Мясо "Нежное" в соусе	40/50	25/25	1,25	1,00	3,56	2,85	5,44	4,35	58,80	47,04	37,50	30,00
510/04	Каша перловая вязкая	130	110	10,56	9,41	7,00	6,53	15,88	11,99	168,80	144,41	9,93	7,63
	Итого стоимость питания в день	177,47 руб.	140,91 руб.	13,06	8,06	11,12	6,64	3,68	1,84	167,03	99,39	1,22	0,61
	Итого стоимость питания в день	130	110	2,64	2,24	3,61	3,05	20,66	17,48	125,69	106,35		

ТТК-257Н	Напиток "Плодово-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		
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
	Уплотненный полдник												
340/04	Омлет натуральный	53	53	5,06	5,06	6,39	6,39	0,75	0,75	80,75	80,75	3,49	3,46
510/04	Каша пшеничная вязкая	130	110	4,03	3,41	3,80	3,22	21,10	17,86	134,75	114,02		
666/04	Чай с лимоном с печеньем сахарным в ассортименте	200/7/20	150/7/20	3,27	3,22	6,42	6,41	34,48	30,72	208,77	193,42	3,30	3,27
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Итого стоимость питания в день	177,47 руб.	140,91 руб.							2 261,36	1 774,59	87,24	71,98
	Пт, 26 июня 26												
	Завтрак												
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	3,60	2,80	8,25	7,95	16,45	11,35	154,45	128,15		
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	9,45	7,27	8,25	7,29	38,22	28,84	264,95	210,05	1,31	0,98
ТТК-198Н	Какао с молоком полусладкое	180	150	4,19	3,50	2,57	2,15	15,45	12,88	101,75	84,79	1,17	0,98
	Второй завтрак												
697/04	Молоко кипяченое	100	100	4,33	4,33	2,64	2,64	5,17	5,17	61,72	61,72	1,37	1,37
	Обед												
13/2010	Салат из свежих огурцов	50	40	2,47	1,98	7,60	6,08	1,16	0,93	82,90	66,32	4,64	3,71
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/5	3,47	2,47	8,56	5,79	10,04	7,39	131,05	91,58	36,71	27,34
ТТК-649ж	Биточки "Рябушка"	75	50	10,56	7,08	18,66	12,07	13,20	8,85	263,00	172,31		
216/04	Картофель тушеный	130	110	6,49	5,49	15,81	13,38	27,87	23,59	279,74	236,71	26,23	22,20
ТТК-272н	Кисель из концентрата полусладкий	200	150	0,10	0,07					86,30	64,73	0,96	0,72
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,94	1,94	0,23	0,23	11,65	11,65	56,43	56,43		
	Уплотненный полдник												
ТТК-495Н	Десерт фруктовый Яблоко	140	140	31,69	22,46	23,47	16,06	110,27	91,85	779,07	601,80	14,85	14,68
ТТК-572Н	Пудинг из творога "Пышка" с повидлом	150/30	100/30	0,70	0,70	0,70	0,70	16,10	16,10	73,50	73,50	14,00	14,00
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	25,75	17,17	21,81	14,54	58,27	44,71	532,40	378,36	0,75	0,60
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,94	1,94	0,23	0,23	11,65	11,65	56,43	56,43	0,10	0,08
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	3,03	2,47	0,67	0,54	19,18	15,59	94,86	77,10		
	Итого стоимость питания в день	177,47 руб.	140,91 руб.							8 744,03	7 134,05	355,64	299,06
	Итого			332,98	272,04	304,5	251,18	1 167,8	946,37				

	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				
			246,0	193,2	272,5	212,1	1175,5	918,0	8100,6	6303,4	227,8	201,5
			49,19	38,63	54,50	42,42	235,09	183,59	1 620,11	1 280,67	45,55	40,30
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:												
В среднем в день:												

Зам. Ген. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

Г. Н. Фазуллина
А. Р. Гатина
Л. Р. Загидуллина

Г. Н. Фазуллина

А. Р. Гатина

Л. Р. Загидуллина