

"ПЕРИОД"  
Генеральный директор

ООО "Школьные питания"

г. Москва

"СОГЛАСОВАНО"  
Менеджер по продажам "Сластико"

Иванова А.В.

(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСК С 22.06.2026г. по 26.06.2026 г.

№ НД	Прямые ингредиенты, 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	
													Сред. свд.
<b>Пн, 22 июня 26</b>													
<b>Завтрак</b>													
104	Бутерброд с маслом	305	205	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71	3,37	2,04
31104	Каша молочная овсяная с маслом	200	150	6,12	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17	2,55	1,91
ТТК-253а	Чай "Витаминный" полусладкий	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
69704	Молоко исленское	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>													
13454	Суп картофельный с курицей со сметаной	200	155	1,75	1,34	5,01	3,95	8,72	6,58	86,96	67,22	2,32	1,42
ТТК-417	Пюре "Золотая рыбка"	50/100	20/40	27,35	25,96	11,69	10,18	40,01	26,80	374,68	302,67	3,04	2,03
ТТК-24	Зеленый горошек порционным (доп. гарнир)	15	10	1,02	0,68	0,08	0,05	3,53	2,36	18,93	12,62	2,22	1,48
ТТК-257а	Наливка "Плодово-ягодный" из смородины	200	150	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
ТТК-567	Хлеб белый	120	120	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
<b>Употребленный полиник</b>													
33704	Рыб. варенье	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04	85,85	75,39	67,44	67,44		
ТТК-181а	Макарон отварные	130	110	4,59	3,88	4,29	3,63	31,56	26,70	183,26	155,06		
ТТК-427	Чай полусладкий с маслом	200	150	1,05	1,04	1,30	1,08	7,46	5,99	46,15	36,11	0,75	0,56
ТТК-814	Вулкан дольщика	30	30	2,16	2,16	4,10	4,10	18,48	18,48	119,46	119,46		
ТТК-257а	Хлеб белый	120	120	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
ТТК-495а	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,88	89,33	72,61		
<b>Итого стоимость питания в день</b>													
177,47 руб. 140,91 руб.													
<b>Вт, 23 июня 26</b>													
<b>Завтрак</b>													
304	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	
3026а	Каша молочная овсяная с маслом	200	150	7,32	5,51	5,21	4,46	39,70	29,62	235,01	181,33	1,28	0,98
ТТК-343а	Кобифейный напиток полусладкий	180	150	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62
69804	Рисовая	100	100	3,09	6,18	6,18	4,22	4,22	84,87	84,87	0,31	0,31	
<b>Обед</b>													
ТТК-528а	Салат "Сельский"	50	40	21,81	15,30	23,72	19,91	97,73	78,64	691,62	520,06	53,72	43,94
ТТК-495а	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	66,78	21,85	16,36
ТТК-495а	Патисен. раб.-картофель из сметаны	240	190	10,75	6,05	7,84	5,14	15,74	11,61	176,91	117,3		
ТТК-495а	Пюре картофельное	130	110	2,86	2,42	4,26	3,60	19,17	16,22	126,47	107,01	22,51	19,04
ТТК-257а	Наливка "Плодово-ягодный" из смородины	200	150	0,51	0,38	0,08	0,08	19,38	14,53	80,23	60,98	0,16	0,11
ТТК-495а	Хлеб белый	120	120	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
ТТК-495а	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,88	89,33	72,61		
<b>Употребленный полиник</b>													
ТТК-495а	Десерт фруктовый Яблоко	140	140	0,56	0,56	0,56	0,56	12,60	12,60	57,68	57,68	14,00	14,00
ТТК-181а	Каши рисовая вязкая	130	110	3,98	3,97	4,64	3,93	21,48	18,18	143,60	127,32		
ТТК-495а	Сок фруктовый с лимонным сахаром в ассортименте	180/20	150/20	3,90	3,75	6,36	6,36	37,38	34,35	222,38	209,64	4,32	3,60
ТТК-495а	Хлеб белый	120	120	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.													
<b>Ср, 24 июня 26</b>													
<b>Завтрак</b>													
204	Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	81,89	68,95	48,83	42,17	198,48	159,85	1,558,25	1,294,74	104,3	93,72
31104	Каши молочная рисовая с маслом	10/75	8/13	12,16	10,71	69,48	63,61	420,41	343,33	2,24	2,11		
ТТК-198а	Каши с маслом полусладкое	180	150	2,45	1,65	4,52	4,22	21,23	16,13	135,44	109,14	0,10	0,10
31104	Каши молочная рисовая с маслом	200/5	150/5	5,25	3,94	5,12	4,39	32,97	24,74	198,97	154,19	1,37	1,03
ТТК-343а	Кобифейный напиток полусладкий	180	150	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62
69704	Молоко исленское	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>													
1410	Салат из свежих помидоров	50	40	0,35	0,28	4,55	3,64	2,46	1,97	52,24	41,80	6,17	4,93
14404	Суп куриный с овощами и сметаной	200/25	150/25	6,48	6,36	9,21	7,76	2,56	2,02	110,05	103,34	1,95	1,62
ТТК № 338а	Рыб. из смеси пшеницы "Останкино"	50/150	50/100	25,18	25,17	7,05	6,52	22,21	14,86	262,31	217,41	24,98	16,05
ТТК-503	Наливка "Плодово-ягодный" ассорти	200	150	0,51	0,51	0,01	0,01	16,56	12,50	66,73	50,05	0,20	0,15
ТТК-495а	Хлеб белый	120	120	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
<b>Употребленный полиник</b>													
ТТК-495а	Десерт фруктовый Апельсин	130/45	100/30	33,45	24,32	13,11	10,90	70,27	59,86	532,86	435,26	56,98	46,88
ТТК-343а	Пюре картофельное	130/15	100/30	27,71	19,17	12,37	10,38	27,92	22,32	333,89	258,29	6,86	6,08
ТТК-415	Чай полусладкий	200	150	0,20	0,15	0,05	0,04	6,06	3,79	21,50	13,60	0,18	0,08
ТТК-257а	Хлеб белый	120	120	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
ТТК-495а	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,88	89,33	72,61		
<b>Итого стоимость питания в день</b>													
177,47 руб. 140,91 руб.													
<b>Чт, 25 июня 26</b>													
<b>Завтрак</b>													
304	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	2,40	1,60	0,90	0,60	15,30	10,20	78,90	52,60		
31104	Каши молочная овсяная с маслом	200/5	150/5	6,17	4,64	5,12	4,39	32,97	24,74	202,69	156,96	2,37	1,83
ТТК-343а	Кобифейный напиток полусладкий	180	150	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62
69804	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-518а	Салат "Саванна"	50	40	1,25	1,00	3,36	2,85	5,44	4,36	68,80	47,04	37,50	30,00
13984	Суп картофельный с фасолью и сметаной	200/15	150/15	10,96	8,41	7,00	6,53	15,88	11,90	168,80	144,41	9,93	7,63
ТТК-992	Мяс. "Язычок" в соусе	40/50	25/25	13,08	8,06	11,12	6,64	3,68	1,84	167,03	99,39	1,22	0,61
51004	Каши молочная вязкая	130	110	2,14	2,14	3,61	3,05	20,66	17,43	125,69	106,35		
ТТК-257а	Наливка "Плодово-ягодный" из смородины	200	150	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
ТТК-567	Хлеб белый	120	120	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
ТТК-495а	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,88	89,33	72,61		
<b>Употребленный полиник</b>													
34004	Смет. натуральная	53	53	5,06	5,06	6,39	6,39	0,25	0,75	80,75	80,75	0,19	0,19
51004	Каши пшеничная вязкая	130	110	4,03	3,41	3,80	3,22	21,10	17,86	134,75	114,02		
69804	Чай с лимонкой с лимонным сахаром в ассортименте	200/70	150/70	3,27	3,22	6,42	6,41	34,48	30,72	208,77	193,42	3,30	3,27
ТТК-257а	Хлеб белый	120	120	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.													
<b>Пт, 26 июня 26</b>													
<b>Завтрак</b>													
104	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	3,80	2,80	8,25	7,95	16,45	11,35	154,45	128,15	1,31	0,98
31104	Каши молочная овсяная с маслом	200/5	150/5	6,45	7,27	5,25	2,20	38,22	28,84	284,65	210,05		
ТТК-198а	Каши с маслом полусладкое	180	150	4,19	3,50	2,57	2,15	15,45	12,88	101,75	84,79	1,17	0,98
69704	Молоко исленское	100	100	4,33	4,33	2,64	2,64	5,17	5,17	61,72	61,72	1,37	1,37
<b>Обед</b>													
132010	Салат из свежих овощей	50	40	2,53	1,93	9,98	37,55	85,40	68,52	899,42	688,08	68,54	53,97
12454	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/5	3,47	2,47	8,58	5,79	10,04	7,39	131,05	91,58	36,71	27,34
ТТК-648а	Биточек "Язычок"	76	50	10,66	7,88	18,96	12,07	13,20	8,85	263,00	172,31		
21904	Картофель тушеный	130	110	5,49	5,49	15,81	13,38	27,87	23,67	279,74	238,71	26,23	22,20
ТТК-272а	Безель из кедрового ореха	200	150	0,10	0,07	0,10	0,07	21,48	15,11	88,30	64,73	0,96	0,72
ТТК-272а	Хлеб белый	120	120	1,94	1,94	0,23	0,23	11,65	11,65	56,43	56,43		
<b>Употребленный полиник</b>													
ТТК-495а	Десерт фруктовый Яблоко	140	140	0,70	0,70	0,70	0,70	16,10	16,10	73,50	73,50	14,00	14,00
ТТК-272а	Пюре из яблок "Птичка" с сахаром	150/20	100/30	25,75	17,17	21,81	14,54	58,27	44,71	532,40	419,36	0,75	0,60
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,27	0,20	0,05	0,05	5,07	3,80	21,88	16,41	0,10	0,08
ТТК-257а	Хлеб белый	120	120	1,94	1,94	0,23	0,23	11,65	11,65	56,43	56,43		
ТТК-495а	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	3,03	2,47	0,67	0,54	19,18	15,59	94,86	77,10		
<b>Итого стоимость питания в день</b>													
177,47 руб. 140,91 руб.													
<b>Итого</b>													
332,98 272,04 304,5 251,18 1.167,8 946,37 8.744,03 7.134,05 355,64 299,06													

№ НД	Прямые ингредиенты, 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
<b>ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:</b>												
246,0 193,2 272,5 212,1 1175,5 918,0 8100,6 6303,4 67,27 201,6												
<b>В среднем в день:</b>												
49,19 38,63 54,50 42,42 235,09 183,59 1.620,11 1.260,67 45,55 40,30												