

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р. И. Муслина



"СОГЛАСОВАНО"

(ФИО руководителя)

(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСКА с 16.02.2026г. по 20.02.2026 г.

№ п/п	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, 16 февраля 26																	
Завтрак																	
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	9,24	6,75	11,23	9,80	47,66	34,50	177,21	1 582,97	253,22	85,71	38,79	29,51	3,92	2,94
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	328,73	85,71	137	1,37	1,03	1,37	1,03
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	6,63	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,50	24,23	18,17	2,55	1,91	2,55	1,91	1,91
697/04	Молоко кипяченое	100	100	0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	56,23	56,23	1,37	1,37	1,37	1,37	1,37
Второй завтрак																	
52/11	Салат из свежкл отварной	50	40	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	56,23	1,37	1,37	1,37	1,37	1,37
134/04	Суп крестьянский с крупной со сметаной	200/5	155	32,19	30,07	19,98	16,80	83,60	62,26	643,05	520,49	43,34	6,46	5,17	23,22	17,42	17,42
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	0,97	0,78	3,06	2,45	5,68	4,55	54,17	86,96	67,22	3,04	2,03	3,04	2,03	2,03
ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	150	1,75	1,34	5,01	3,95	8,72	6,58	374,68	79,92	59,94	0,03	0,02	0,03	0,02	0,02
	Хлеб белый	1/20	1/20	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	47,32	47,32	47,32	0,75	0,56	0,75	0,56	0,56
Уплотненный полдник																	
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	18,48	16,81	15,42	14,35	85,55	75,39	67,44	183,26	155,06	0,75	0,56	0,75	0,56	0,56
ТТК - 181а	Макаронные отварные	130	110	5,52	5,52	5,04	5,04	31,56	26,70	183,26	155,06	36,11	0,75	0,56	0,75	0,56	0,56
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	4,59	3,88	4,29	3,63	7,46	5,59	48,15	119,46	47,32					
ТТК-814	Булочка домашняя	30	30	1,65	1,24	1,30	0,98	4,10	18,48	119,46	47,32	47,32					
	Хлеб белый	1/20	1/20	2,16	2,16	2,16	2,16	9,76	9,76	47,32	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	72,61					
Итого стоимость питания в день																	
		177,47 руб.	140,91 руб	48,2	36,58	50,47	41,13	254,6	209,39	1 665,41	1 354,04	69,34	59,26	2,07	1,58	2,07	1,58
Вт, 17 февраля 26																	
Завтрак																	
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	13,92	9,43	15,81	12,59	69,38	52,00	475,53	359,02	85,70	0,04	0,04	0,04	0,04	0,04
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	3,88	1,65	5,90	4,22	15,37	10,27	130,13	235,01	181,33	1,28	0,96	1,28	0,96	0,96
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	7,32	5,51	5,21	4,46	39,70	29,80	110,39	91,99	84,87	0,31	0,31	0,31	0,31	0,31
698/04	Ряженка	100	100	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	84,87	84,87	84,87	0,31	0,31	0,31	0,31	0,31
Второй завтрак																	
62/11	Салат из моркови с сахаром	50	40	3,09	3,09	6,18	6,18	4,22	4,22	84,87	84,87	84,87	0,31	0,31	0,31	0,31	0,31
110/2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	21,13	14,76	16,72	11,31	99,78	78,28	634,05	474,00	48,64	39,77	2,40	1,92	2,40	1,92
ТТК 499н	Палочки рыбо-крупяные из минтая	2/40	1/40/10	0,62	0,50	0,05	0,04	5,81	4,65	26,16	66,76	21,85	16,36	1,73	1,37	1,73	1,37
ТТК 491к	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ.(зелён.гор)	2/40	1/40/10	1,83	1,40	3,80	3,04	11,63	8,45	88,03	176,51	99,21	2,34	1,73	2,34	1,73	1,73

Пт, 20 февраля 26													
Завтрак													
1/04	Бутерброд с маслом			60,94	45,24	63,87	48,42	249,6	200,55	1 816,9	1 419,01	85,68	70,73
31/04	Каша молочная пшеница с маслом	30/5	20/5	13,05	9,86	13,05	11,88	68,12	51,12	442,22	346,34	2,48	1,96
ТТК-198Н	Какао с молоком полусладкое	200/3	150/3	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71		
697/04	Молоко кипяченое	180	150	7,55	5,67	6,01	5,05	37,47	28,11	234,22	180,63	1,31	0,98
	Второй завтрак			3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
	Обед	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
ТТК-66	Салат " Солнышко"			17,64	13,02	34,42	24,90	80,44	63,99	701,94	532,16	66,98	52,72
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	50	40	0,49	0,39	5,09	4,07	6,56	5,25	73,94	59,15	3,08	2,46
ТТК-649К	Биточки "Рябушка"	200/10	150/5	1,95	1,39	4,57	3,05	8,09	5,96	81,28	56,88	36,71	27,34
216/04	Картофель тушеный	75	50	10,56	7,08	16,52	10,78	13,20	8,85	243,68	160,72		
ТТК-272Н	Кисель из концентрата полусладкий	130	110	2,92	2,47	8,04	6,80	21,35	18,06	169,42	143,36	26,23	22,20
	Хлеб белый	200	150	0,10	0,07			21,48	16,11	86,30	64,73	0,96	0,72
	Уплотненный полдник	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
ТТК-495Н	Десерт фруктовый Яблоко			27,19	19,30	13,76	9,50	95,98	80,38	616,51	484,28	14,85	14,68
ТТК-572Н	Пудинг из творога "Пышка" с повидлом	140	140	0,56	0,56	0,56	0,56	12,60	12,60	57,68	57,68	14,00	14,00
ТТК-475	Чай полусладкий	150/30	100/30	21,87	14,58	12,46	8,30	50,27	39,37	400,68	290,55	0,75	0,60
	Хлеб белый	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	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Итого	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.	315,15	257,62	267,76	222,32	1 150,7	932,18	8 273,46	6 760,1	345,23	291,03