

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

"СОГЛАСОВАНО"  
М.В.Васильева  
(№ДОУ)  
ФИО руководителя  
ДЕТСКИЙ САД №168

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г ЗАЙНСК с 09.02.2026г. по 13.02.2026 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   |                       |          |              |       |
| Пн, 09 февраля 26              |                                                      |                  |             |                      |       |          |       |          |        |                       |          |              |       |
| Завтрак                        |                                                      |                  |             |                      |       |          |       |          |        |                       |          |              |       |
| 3/04                           | Бутерброд с сыром                                    | 30/5             | 20/5        | 51,15                | 45,63 | 44,81    | 40,64 | 236,01   | 199,91 | 1 551,92              | 1 347,93 | 44,08        | 36,91 |
| 311/04                         | Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом       | 200/3            | 150/3       | 10,68                | 7,82  | 8,86     | 7,12  | 49,26    | 35,67  | 319,55                | 238,05   | 2,12         | 1,59  |
| ТТК-437                        | Чай полусладкий с молоком                            | 200              | 150         | 2,40                 | 1,60  | 0,90     | 0,60  | 15,30    | 10,20  | 78,90                 | 52,60    |              |       |
| Второй завтрак                 |                                                      |                  |             |                      |       |          |       |          |        |                       |          |              |       |
| 697/04                         | Молоко кипяченое                                     | 100              | 100         | 6,63                 | 4,98  | 6,66     | 5,54  | 26,50    | 19,88  | 192,50                | 149,34   | 1,37         | 1,03  |
| Обед                           |                                                      |                  |             |                      |       |          |       |          |        |                       |          |              |       |
| ТТК-357н                       | Салат "Капуста квашеная"                             | 50               | 40          | 1,65                 | 1,24  | 1,30     | 0,98  | 7,46     | 5,59   | 48,15                 | 36,11    | 0,75         | 0,56  |
| 148/04                         | Суп-лапша домашняя с мякотью птицы                   | 200/15           | 150/15      | 3,06                 | 3,06  | 2,64     | 2,64  | 5,06     | 5,06   | 56,23                 | 56,23    | 1,37         | 1,37  |
| 30 Пр. №321 от 07              | Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным      | 50/30            | 50/30       | 3,06                 | 3,06  | 2,64     | 2,64  | 5,06     | 5,06   | 56,23                 | 56,23    | 1,37         | 1,37  |
| 520/04                         | Пюре картофельное                                    | 130              | 110         | 18,09                | 16,80 | 20,89    | 19,21 | 67,67    | 56,29  | 531,01                | 465,30   | 40,04        | 33,46 |
| ТТК-257н                       | Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов            | 200              | 150         | 0,88                 | 0,70  | 2,51     | 2,01  | 4,26     | 3,40   | 43,11                 | 34,49    | 14,00        | 11,20 |
|                                | Хлеб белый                                           | 1/20             | 1/20        | 8,00                 | 7,46  | 7,18     | 6,66  | 10,85    | 8,14   | 140,01                | 122,36   | 1,93         | 1,63  |
| Уплотненный полдник            |                                                      |                  |             |                      |       |          |       |          |        |                       |          |              |       |
| 337/04                         | Яйцо вареное                                         | 1 шт             | 1 шт        | 4,23                 | 4,23  | 6,72     | 6,72  | 4,20     | 4,20   | 94,18                 | 94,18    | 1,57         | 1,57  |
| 510/04                         | Каша гречневая вязкая                                | 130              | 110         | 2,86                 | 2,42  | 4,26     | 3,60  | 19,17    | 16,22  | 126,47                | 107,01   | 22,51        | 19,04 |
| ТТК-253к                       | Чай "Витаминный" полусладкий                         | 200              | 150         | 0,50                 | 0,37  | 0,02     | 0,02  | 19,43    | 14,57  | 79,92                 | 59,94    | 0,03         | 0,02  |
| ТТК-458                        | Ватрушка с повидлом                                  | 75               | 75          | 1,62                 | 1,62  | 0,20     | 0,20  | 9,76     | 9,76   | 47,32                 | 47,32    |              |       |
|                                | Хлеб белый                                           | 1/20             | 1/20        | 19,32                | 17,95 | 12,42    | 11,67 | 114,02   | 102,89 | 645,13                | 588,35   | 0,55         | 0,49  |
|                                | Хлеб "Дарницкий"                                     | 44,6             | 36,25       | 5,52                 | 5,52  | 5,04     | 5,04  |          |        | 67,44                 | 67,44    |              |       |
| Итого стоимость питания в день |                                                      |                  |             |                      |       |          |       |          |        |                       |          |              |       |
| Вт, 10 февраля 26              |                                                      | 177,47 руб.      | 140,91 руб. | 80,31                | 64,03 | 64,73    | 53,15 | 214,41   | 178,59 | 1 761,33              | 1 448,79 | 75,42        | 60,69 |
| Завтрак                        |                                                      |                  |             |                      |       |          |       |          |        |                       |          |              |       |
| 3/04                           | Бутерброд с маслом с сыром                           | 30/5/5           | 20/5/5      | 10,69                | 7,01  | 12,20    | 9,16  | 46,39    | 34,81  | 338,12                | 249,70   | 2,51         | 1,96  |
| 161/04                         | Суп молочный с рисом                                 | 200              | 150         | 3,88                 | 1,65  | 5,90     | 4,22  | 15,37    | 10,27  | 130,13                | 85,70    | 0,04         |       |
| ТТК-198н                       | Какао с молоком полусладкое                          | 180              | 150         | 3,76                 | 2,82  | 3,78     | 2,84  | 15,74    | 11,80  | 111,99                | 84,00    | 1,30         | 0,98  |
| Второй завтрак                 |                                                      |                  |             |                      |       |          |       |          |        |                       |          |              |       |
| 698/04                         | Простокваша                                          | 100              | 100         | 3,05                 | 2,54  | 2,52     | 2,10  | 15,28    | 12,74  | 96,00                 | 80,00    | 1,17         | 0,98  |
| Обед                           |                                                      |                  |             |                      |       |          |       |          |        |                       |          |              |       |
| ТТК-359н                       | Винегрет из овощей                                   |                  |             | 3,06                 | 3,06  | 2,64     | 2,64  | 4,33     | 4,33   | 53,28                 | 53,28    | 0,84         | 0,84  |
| 124/04                         | Щи из св кап с карт.с мясн фрик.Останкин.со сметаной | 50               | 40          | 3,06                 | 3,06  | 2,64     | 2,64  | 4,33     | 4,33   | 53,28                 | 53,28    | 0,84         | 0,84  |
| ТТК-101н                       | Щи из св кап с карт.с мясн фрик.Останкин.со сметаной | 200/25/10        | 150/25/5    | 38,13                | 33,38 | 29,93    | 24,81 | 100,90   | 83,70  | 825,44                | 691,64   | 51,13        | 38,96 |
| ТТК-101н                       | Котлеты "Любимые"                                    | 75               | 50          | 1,02                 | 0,82  | 3,55     | 2,84  | 4,14     | 3,31   | 52,61                 | 42,09    | 9,22         | 7,38  |
| ТТК-446                        | Пюре из бобовых "Янтарное"                           | 130              | 110         | 7,92                 | 7,38  | 9,52     | 8,36  | 8,44     | 6,34   | 151,13                | 130,15   | 37,11        | 27,98 |
|                                |                                                      |                  |             | 8,93                 | 7,98  | 11,85    | 9,36  | 7,65     | 6,84   | 172,91                | 143,50   |              |       |
|                                |                                                      |                  |             | 14,70                | 12,44 | 4,32     | 3,65  | 32,42    | 27,44  | 227,34                | 192,37   |              |       |

|                    |                                                        |             |             |       |       |       |       |        |        |          |          |       |       |      |
|--------------------|--------------------------------------------------------|-------------|-------------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|----------|----------|-------|-------|------|
| 707/04             | Сок фруктовый разливной                                | 200         | 150         | 1,00  | 0,75  |       |       |        | 20,20  | 15,15    | 84,80    | 63,60 | 4,80  | 3,60 |
|                    | 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                                    |             |             |       |       |       |       |        |        |          |          |       |       |      |
| ТТК-495н           | Десерт фруктовый Яблоко                                | 145         | 145         | 28,43 | 20,58 | 19,96 | 16,54 | 62,79  | 55,75  | 544,49   | 454,17   | 20,94 | 18,93 |      |
| 40/10, соус 351/10 | Пудинг из творога с яблоками с соусом молочным сладким | 150/15      | 100/30      | 24,65 | 16,85 | 12,97 | 9,56  | 25,48  | 19,71  | 317,22   | 232,27   | 59,74 | 14,50 | 4,36 |
| ТТК-475            | Чай полусладкий с печеньем сахарным                    | 200/20      | 150/20      | 3,20  | 3,15  | 6,41  | 6,40  | 24,26  | 22,99  | 167,53   | 162,16   | 0,10  | 0,07  |      |
|                    | Хлеб белый                                             | 1/20        | 1/20        |       |       |       |       |        |        |          |          |       |       |      |
|                    | Итого стоимость питания в день                         | 177,47 руб. | 140,91 руб. |       |       |       |       |        |        |          |          |       |       |      |
|                    | Ср, 11 февраля 26                                      |             |             | 53,15 | 42,88 | 39,27 | 33,42 | 213,97 | 174,41 | 1 421,91 | 1 169,85 | 65,94 | 48,86 |      |
|                    | Завтрак                                                |             |             | 11,09 | 8,34  | 7,66  | 6,36  | 62,21  | 46,56  | 362,17   | 276,73   | 2,12  | 1,65  |      |
| 3/04               | Бутерброд с сыром                                      | 30/5        | 20/5        | 2,40  | 1,60  | 0,90  | 0,60  | 15,30  | 10,20  | 78,90    | 52,60    |       |       |      |
| 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         | 2,52  | 2,10  | 1,64  | 1,37  | 13,94  | 11,62  | 80,61    | 67,17    | 0,75  | 0,62  |      |
|                    | Второй завтрак                                         |             |             | 3,06  | 3,06  | 2,64  | 2,64  | 5,06   | 5,06   | 56,23    | 56,23    | 1,37  | 1,37  |      |
| 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  |      |
|                    | Обед                                                   |             |             | 25,78 | 19,20 | 19,34 | 14,92 | 79,38  | 61,14  | 594,66   | 455,62   | 59,81 | 43,96 |      |
| 62/11              | Салат из моркови с сахаром                             | 50          | 40          | 0,62  | 0,50  | 0,05  | 0,04  | 5,81   | 4,65   | 26,16    | 20,92    | 2,40  | 1,92  |      |
| 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 - 394к         | Запеканка картофельная с мясом птицы с маслом          | 180/3       | 130/3       | 21,71 | 15,68 | 15,29 | 11,64 | 31,52  | 22,78  | 350,51   | 258,64   | 35,56 | 25,68 |      |
| ТТК-268н           | Компот "Фруктово-ягодный" из изюма                     | 200         | 150         |       |       |       |       | 20,66  | 15,50  | 82,64    | 61,98    |       |       |      |
|                    | 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. |       |       |       |       |        |        |          |          |       |       |      |
|                    | Чт, 12 февраля 26                                      |             |             | 65,51 | 50,8  | 54,23 | 47,63 | 248,08 | 200,62 | 1 742,61 | 1 434,5  | 89,98 | 84,51 |      |
|                    | Завтрак                                                |             |             | 13,49 | 10,19 | 12,37 | 10,86 | 74,02  | 57,01  | 461,46   | 366,62   | 2,58  | 2,06  |      |
| 2/04               | Бутерброд с повидлом                                   | 30/10/5     | 20/10/5     | 2,45  | 1,65  | 4,52  | 4,22  | 21,23  | 16,13  | 135,44   | 109,14   | 0,10  | 0,10  |      |
| 311/04             | Каша молочная пшеничная с маслом                       | 200/3       | 150/3       | 7,99  | 6,00  | 5,33  | 4,54  | 37,51  | 28,14  | 230,02   | 177,48   | 1,31  | 0,98  |      |
| ТТК-198н           | Какао с молоком полусладкое                            | 180         | 150         | 3,05  | 2,54  | 2,52  | 2,10  | 15,28  | 12,74  | 96,00    | 80,00    | 1,17  | 0,98  |      |
|                    | Второй завтрак                                         |             |             | 3,02  | 3,02  | 2,70  | 2,70  | 4,32   | 4,32   | 53,68    | 53,68    | 0,86  | 0,86  |      |
| 698/04             | Ацидофилин                                             | 100         | 100         | 3,02  | 3,02  | 2,70  | 2,70  | 4,32   | 4,32   | 53,68    | 53,68    | 0,86  | 0,86  |      |
|                    | Обед                                                   |             |             | 17,62 | 15,53 | 25,00 | 22,92 | 95,26  | 79,22  | 676,54   | 585,32   | 22,41 | 17,75 |      |
| ТТК-996            | Салат "Бобовое зёрнышко"                               | 50          | 40          | 1,21  | 0,97  | 2,58  | 2,06  | 5,31   | 4,25   | 49,28    | 39,42    | 6,44  | 5,15  |      |
| 132/2004           | Рассольник ленинградский со сметаной                   | 200/5       | 150/5       | 2,54  | 1,94  | 3,95  | 3,15  | 13,99  | 10,54  | 101,69   | 78,27    | 13,48 | 10,12 |      |
| ТТК-652            | Фрикадельки "Особые" с соусом томатным                 | 50/30       | 50/30       | 5,13  | 5,13  | 13,42 | 13,42 | 7,41   | 7,41   | 170,93   | 170,93   | 2,46  | 2,46  |      |
| 510/04             | Каша пшенная вязкая                                    | 130         | 110         | 3,68  | 3,11  | 4,34  | 3,67  | 21,07  | 17,83  | 138,07   | 116,83   |       |       |      |
| 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    |       |       |      |
|                    | Хлеб "Дарницкий"                                       | 44,6        | 36,25       | 2,94  | 2,39  | 0,49  | 0,40  | 18,29  | 14,86  | 89,33    | 72,61    |       |       |      |
|                    | Уплотненный полдник                                    |             |             | 31,38 | 22,06 | 14,16 | 11,15 | 74,48  | 60,07  | 550,93   | 428,88   | 64,13 | 63,84 |      |
| ТТК-495н           | Десерт фруктовый Апельсин                              | 110         | 110         | 0,99  | 0,99  |       |       | 9,24   | 9,24   | 40,92    | 40,92    | 66    | 66    |      |
| ТТК-341к           | Запеканка "Сладкоежка" с соусом сметанным "Сластена"   | 150/15      | 100/30      | 28,59 | 19,32 | 13,90 | 10,90 | 41,04  | 30,39  | 403,68   | 296,98   | 0,83  | 0,57  |      |
| 686/04             | Чай с лимоном                                          | 200/7       | 150/7       | 0,27  | 0,22  | 0,06  | 0,05  | 15,28  | 11,52  | 62,73    | 47,38    | 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. |       |       |       |       |        |        |          |          |       |       |      |
|                    | Пт, 13 февраля 26                                      |             |             | 63,81 | 46,73 | 31,9  | 26,42 | 231,48 | 190,66 | 1 468,29 | 1 187,25 | 63,85 | 50,77 |      |



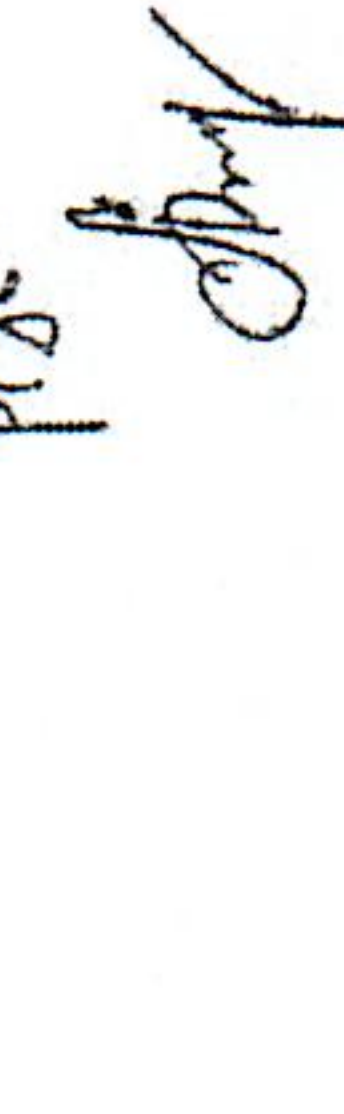
|                   | Масса порции, г. |      | Пищевые вещества, г. |        |             |        |          |        | Энерг. ценность,<br>ккал |          | Витамины,<br>мг |        |
|-------------------|------------------|------|----------------------|--------|-------------|--------|----------|--------|--------------------------|----------|-----------------|--------|
|                   |                  |      | Белки                |        | Жиры        |        | Углеводы |        | Дет. сад                 | Ясли     | С               | С      |
|                   | Дет. сад         | Ясли | Дет.<br>сад          | Ясли   | Дет.<br>сад | Ясли   | Дет. сад | Ясли   |                          |          |                 |        |
|                   |                  |      |                      |        |             |        |          |        | Дет. сад                 | Ясли     | Дет. сад        | Ясли   |
| ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:  |                  |      | 248,95               | 190,05 | 272,45      | 211,25 | 1177,4   | 917,40 | 8101,05                  | 6300,85  | 227,90          | 201,75 |
|                   |                  |      | 49,79                | 38,01  | 54,49       | 42,25  | 235,48   | 183,48 | 1 620,21                 | 1 260,17 | 45,58           | 40,35  |
| 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