

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"
Р. И. Мусина



ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК С 10.03.2025г. по 14.03.2025 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, 10 марта 25													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	70,78	65,1	52,11	47,16	235,97	196,19	1 696,04	1 469,71	41,07	31,28
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3		10,66	8,17	9,03	7,59	47,59	34,43	314,27	238,75	3,96	2,98
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	3,87	3,07	2,32	2,02	15,30	10,20	97,54	71,24	0,04	0,04
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
Второй завтрак													
ТТК-1025	Салат "Радужный"	50	40	0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17	2,55	1,91
134/04	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200/5	150/5	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	32,68	30,45	19,49	16,39	83,44	62,12	639,93	517,88	34,43	25,81
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,33	1,06	2,60	2,08	5,88	4,70	52,21	41,77	5,28	4,23
Уплотненный полдник													
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	1,80	1,39	4,97	3,91	7,92	5,99	83,63	64,73	25,67	19,26
334/04	Макаронные запеченные с сыром с маслом	145/3	145/3	27,43	26,01	11,70	10,18	40,45	27,10	376,85	304,12	3,45	2,30
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
733/04	Оладьи с повидлом	50/10	50/10	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Хлеб белый	1/20	1/20	24,38	23,42	20,95	20,54	99,88	94,58	685,61	656,85	1,31	1,12
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
Итого стоимость питания в день													
		158,45 руб.		125,81 руб.						1 499,61		77,81	
Вт, 11 марта 25													
Завтрак													
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	45,71	34,49	45,68	37,33	226,4	186,58	1 499,61	1 220,14	77,81	64,27
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	12,49	9,43	14,43	12,60	69,38	52,00	457,40	359,03	2,03	1,58
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71		
698/04	Кефир	100	100	7,32	5,51	5,21	4,46	39,70	29,80	235,01	181,33	1,28	0,96
Второй завтрак													
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62
ТТК-1026	Биточки рыбные "Морячка"	75	50	3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	0,72	0,72
520/04	Пюре картофельное	130	110	3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	0,72	0,72
ТТК-81н	Огурец соленный порц	15	10	20,62	13,22	17,70	11,89	77,18	61,07	550,48	404,19	60,74	48,37
ТТК-258к	Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка	200	150	1,89	1,45	3,77	3,01	11,05	8,34	85,66	66,29	23,87	17,91

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		
Уплотненный полдник												
ТТК-495н	100	100	9,60	8 84	10,96	10,25	75,70	69 37	439,88	405,07	14,32	13,60
ТТК 187а	130	110	3,98	3 37	4 64	3 93	21 48	18 18	143 60	41 20	10 00	10 00
707/04	180/18	150/18	3 60	3 45	5 72	5 72	35 46	32 43	207 76	195 04	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		
Итого стоимость питания в день												
Ср, 12 марта 25												
Завтрак												
2/04	30/10/5	20/10/5	88,48	64,49	50,03	42,24	211,88	171,07	1 651,73	1 322,54	174,54	141,73
311/04	200/3	150/3	13,05	9 86	13,05	11,37	73,98	56 98	465,66	369,77	2 58	2,06
ТТК-198н	180	150	2,45	1 65	4 52	4 22	21 23	16 13	135 44	109 14	0 10	0 10
697/04	100	100	7 55	5 67	6 01	5 05	37 47	28 11	234 22	180 63	1 31	0 98
			3,05	2 54	2 52	2 10	15 28	12 74	96,00	80 00	1 17	0 98
			3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
			3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56 23	56 23	1 37	1 37
			37,86	27,11	18,86	15,93	55,15	44,87	541,66	431,36	159,02	127,22
ТТК-359н	50	40	1 08	0 86	3 90	3 12	4 27	3 41	56 47	45 17	10 00	8 00
148/04	200/25	150/25	6 53	6 40	8 22	7 76	2 88	2 26	111 58	104 49	2 24	1 84
ТТК-416к	50/150	30/120	28 53	18 16	6 54	4 85	16 76	13 33	239 99	169 65	145 82	116 66
ТТК-272н	200	150	0 10	0 07			21 48	16 11	86 30	64 73	0 96	0 72
	1/20	1/20	1 62	1 62	0 20	0 20	9 76	9 76	47 32	47 32		
Уплотненный полдник												
ТТК-495н	100	100	34,51	24,46	15,48	12,30	77,69	64,16	588,18	465,18	11,57	11,08
Х-521н соусТТК-4	150/15	100/30	0 40	0 40	0 40	0 40	9 00	9 00	41 20	41 20	10 00	10 00
ТТК-475	200	150	29 35	19 90	14 34	11 26	35 58	26 75	388 83	287 93	1 47	1 00
			0 20	0 15	0 05	0 04	5 06	3 79	21 50	16 12	0 10	0 08
	1/20	1/20	1 62	1 62	0 20	0 20	9 76	9 76	47 32	47 32		
	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												
Чт, 13 марта 25												
Завтрак												
3/04	30/5	20/5	51,07	42,23	63,53	51,97	210,17	171,88	1 616,71	1 324,03	88,2	70,49
311/04	200/3	150/3	12,76	9 98	12,14	10,32	62,58	46 87	410,59	320,19	2 16	1,69
ТТК-343н	180	150	3 87	3 07	2 32	2 02	15 30	10 20	97 54	71 24	0 04	0 04
698/04	100	100	6 17	4 64	5 12	4 39	32 97	24 74	202 66	156 96	1 37	1 03
			2 72	2 27	4 70	3 91	14 31	11 93	110 39	91 99	0 75	0 62
			3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0 84	0 84
			3,06	3,06	2,64	2,64	4 33	4 33	53 28	53 28	0 84	0 84
			21,64	16,25	32,59	23,44	89,31	71,24	737,09	560,91	84,91	67,70
52/11	50	40	0 97	0 78	3 06	2 45	5 68	4 55	54 17	43 34	6 46	5 17
124/04	210	150/5	2 01		4 52		7 08		77 03		39 62	
ТТК-649к	75	50	10 56	7 08	16 52	10 78	13 20	8 85	243 68	160 72		29 68
216/04	130	110	3 04	2 57	7 78	6 58	15 87	13 43	145 64	123 24	38 80	32 83
ТТК-257н	200	150	0 50	0 37	0 02	0 02	19 43	14 57	79 92	59 94	0 03	0 02
	1/20	1/20	1 62	1 62	0 20	0 20	9 76	9 76	47 32	47 32		
	44 6	36 25	2 94	2 39	0 49	0 40	18 29	14 86	89 33	72 61		
			13,61	12,94	16,16	15,57	53,95	49,44	415,75	389 65	0 29	0 26
340/04	53	53	5 06	5 06	6 39	6 39	0 75	0 75	80 75	80 75	0 19	0 19
510/04	130	110	4 03	3 41	3 80	3 22	21 10	17 86	134 75	114 02		
ТТК-475	200/18	150/18	2 90	2 85	5 77	5 76	22 34	21 07	152 93	147 56	0 10	0 07
	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												
Итого стоимость питания в день												
Итого стоимость питания в день												

	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				
			248,80	192,55	272,35	210,40	1177,9	917,85	8100,80	6301,80	227,25	202,35
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:			49,76	38,51	54,47	42,08	235,58	183,57	1 620,16	1 260,36	45,45	40,47
В среднем в день:												

 Г.Н. Мартынова
 А.Р. Гатина
 П.Р. Загладулина

Зам. Ген. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству