



ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСКА с 24.11.2025г. по 28.11.2025 г.

№ ИД	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				
3/04	Завтрак												
311/04	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
ТТК-437	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
	Чай полусладкий с молоком	200	150	2,40	1,60	0,90	0,60	15,30	10,20	78,90	52,60		
697/04	Второй завтрак												
	Молоко кипяченое	100	100	6,63	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,50	149,34	1,37	1,03
				1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56
ТТК-357н	Обед												
148/04	Салат "Капуста квашеная"	50	40	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
10 Пр №321 от 07	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
520/04	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	50/30	18,09	16,80	20,89	19,21	67,67	56,29	531,01	465,30	40,04	33,46
ТТК-257н	Пюре картофельное	130	110	0,88	0,70	2,51	2,01	4,26	3,40	43,11	34,49	14,00	11,20
	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	8,00	7,46	7,18	6,66	10,85	8,14	140,01	122,36	1,93	1,63
	Хлеб белый	1/20	1/20	4,23	4,23	6,72	6,72	4,20	4,20	94,18	94,18	1,57	1,57
337/04	Уплотненный полдник												
510/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	2,86	2,42	4,26	3,60	19,17	16,22	126,47	107,01	22,51	19,04
ТТК-253к	Каша гречневая вязкая	130	110	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
ТТК-458	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Ватрушка с повидлом	75	75	19,32	17,95	12,42	11,67	114,02	102,89	645,13	588,35	0,55	0,49
	Хлеб белый	1/20	1/20	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	4,03	3,41	4,12	3,49	21,54	18,23	139,36	117,92		
				0,78	0,58	0,13	0,10	17,55	13,16	74,47	55,85	0,25	0,19
				4,43	4,43	2,44	2,44	46,88	46,88	227,21	227,21	0,30	0,30
				1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
				2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
	Итого стоимость питания в день	170,64 руб	135,49 руб	80,52	64,2	64,73	53,15	214,02	178,28	1 760,6	1 448,2	72,91	58,68
Вт, 25 ноября 25				10,69	7,01	12,20	9,16	46,39	34,81	338,12	249,70	2,51	1,96
Завтрак				3,88	1,65	5,90	4,22	15,37	10,27	130,13	85,70	0,04	
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	3,76	2,82	3,78	2,84	15,74	11,80	111,99	84,00	1,30	0,98
161/04	Суп молочный с рисом	200	150	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
698/04	Второй завтрак												
	Простокваша	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
				38,34	33,55	29,93	24,81	100,51	83,39	824,71	691,05	48,62	36,95
ТТК-359н	Обед												
124/04	Винегрет из овощей	50	40	1,23	0,99	3,55	2,84	3,75	3,00	51,88	41,50	5,71	5,37
ТТК-101н	Щи из св. кап. с карт. с мясн. фрик. Останкин со сметаной	200/25/10	150/25/5	7,92	7,38	9,52	8,36	8,44	6,34	151,13	130,15	37,11	27,98
	Котлеты "Любимые"	75	50	8,93	7,98	11,85	9,36	7,65	6,84	172,91	143,50		
ТТК-446	Пюре из бобовых Янтарное	130	110	14,70	12,44	4,32	3,65	32,42	27,44	227,34	192,37		

	Масса порции, г		Пищевые вещества, г						Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг	
	Дет сад	Ясли	Белки		Жиры		Углеводы		Дет. сад	Ясли	Дет. сад	С
			Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли				
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:			247,90	190,35	270,95	211,30	1175,4	919,25	8100,60	6300,90	226,15	201,40
В среднем в день:			49,58	38,07	54,19	42,26	235,08	183,85	1620,16	1260,18	45,23	40,28

Зам. Ген. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству





Г. Н. Фазуллина

А. Р. Гатина

И. Р. Загидуллина