

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р. И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

(№ДОУ)

Ч.Р. Камалтеева С.Р.

(ФИО руководителя)

(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 28.10.2024г. по 02.11.2024 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, 28 октября 24															
Завтрак															
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	11,95	9,14	65,93	47,86	8,26	50,97	239,45	198,8	1735,77	1489,67	39,17	29,86
ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	200/3	150/3	3,87	3,07	2,32	2,02	15,30	10,20	97,54	71,24	340,96	258,77	5,19	3,90
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	7,92	5,95	7,55	6,21	29,88	22,42	219,19	169,36	219,19	169,36	2,60	1,95
697/04	Молоко кипяченое	100	100	0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17	24,23	18,17	2,55	1,91
Второй завтрак															
ТТК-1025	Молоко кипяченое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	56,23	56,23	1,37	1,37
Обед															
ТТК-1025	Салат "Радужный"	50	40	32,50	30,31	19,51	16,42	83,51	62,19	639,72	517,82	639,72	517,82	31,30	23,47
134/04	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200/5	155	1,28	1,02	2,59	2,07	5,59	4,48	50,84	40,67	50,84	40,67	5,01	4,00
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	1,75	1,34	5,01	3,95	8,72	6,58	86,96	67,22	86,96	67,22	23,22	17,42
ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	150	27,35	25,96	11,69	10,18	40,01	26,80	374,68	302,67	374,68	302,67	3,04	2,03
	Хлеб белый	1/20	1/20	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	79,92	59,94	0,03	0,02
	Уплотненный полдник			1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32	47,32	47,32	1,31	1,12
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	24,40	23,42	22,40	20,54	99,91	94,58	698,86	656,85	698,86	656,85	1,31	1,12
334/04	Макаронные изделия с сыром с маслом	145/5	145/3	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44	67,44	67,44	0,09	0,09
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	8,77	8,75	11,57	10,12	36,44	36,41	285,01	271,76	285,01	271,76	0,09	0,09
733/04	Оладьи с повидлом	50/10	50/10	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	48,15	36,11	0,75	0,56
	Хлеб белый	1/20	1/20	3,90	3,90	3,80	3,80	27,96	27,96	161,61	161,61	161,61	161,61	0,47	0,47
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61	89,33	72,61		
Итого стоимость питания в день		152,36 руб. 120,97 руб.		47,38	35,72	52,95	42,44	242,65	199,24	1636,61	1321,71	1636,61	1321,71	66,65	54,91
Вт, 29 октября 24															
Завтрак															
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	14,40	10,85	16,07	13,82	72,53	54,35	492,37	385,15	492,37	385,15	2,88	2,22
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71	112,00	85,71		
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	9,23	6,93	6,85	5,68	42,85	32,15	269,98	207,45	269,98	207,45	2,13	1,60
698/04	Кефир	100	100	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	110,39	91,99	0,75	0,62
Второй завтрак															
ТТК-66	Салат "Солнышко"	50	40	3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	51,85	51,85	0,72	0,72
110/2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	150/5	20,33	12,99	23,85	16,22	90,22	71,33	656,75	483,23	656,75	483,23	48,73	38,37
ТТК-1026	Биточки рыбные "Морячка"	75	50	0,49	0,39	5,09	4,07	6,56	5,25	73,94	59,15	73,94	59,15	3,08	2,46
520/04	Пюре картофельное	130	110	1,92	1,37	4,55	3,04	11,58	8,29	94,93	65,96	94,93	65,96	21,61	16,17
				9,99	4,42	9,18	4,85	5,48	2,42	144,53	71,01	144,53	71,01	1,38	0,59
				2,86	2,42	4,26	3,60	19,17	16,22	126,47	107,01	126,47	107,01	22,51	19,04

Пт, 01 ноября 24													
Завтрак													
1/04	Бутерброд с маслом	30/5		87,05	64,7	51,87	42,31	262,22	204,6	1 863,98	1 457,94	40,5	35,01
311/04	Каша молочная рисовая жидкая с маслом	200/3	20/5	12,79	9,66	13,92	12,04	67,00	50,28	444,49	348,04	3,46	2,70
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71		
697/04	Молоко кипяченое	100	100	7,29	5,47	6,88	5,71	36,35	27,27	236,49	182,33	2,29	1,72
13/2010	Салат из свежих огурцов	50	40	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
139/04	Суп картофельный с бобовыми 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
ТТК-247к	Гречка с говядиной "Батыр"	40/160	25/110	37,34	27,99	20,22	15,64	95,89	72,83	714,88	544,06	20,54	16,10
707/04	Сок фруктовый разливной	180	150	2,58	2,07	3,05	2,44	1,21	0,97	42,58	34,07	4,85	3,88
	Хлеб белый	1/20	1/20	10,56	9,41	7,00	6,53	15,88	11,99	168,80	144,41	9,93	7,63
ТТК-495н	Уплотненный полдник	110	110	21,68	14,14	9,97	6,47	50,86	34,96	379,86	254,66	1,44	0,99
ТТК-341	Десерт фруктовый Яблоко	150/15	100/30	0,90	0,75			18,18	15,15	76,32	63,60	4,32	3,60
686/04	Запеканка "Сладкоежка" с соусом сметанным "Сластена"	200/7	150/7	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Чай с лимоном	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	33,86	23,99	15,09	11,99	94,27	76,43	648,38	509,61	15,13	14,84
	Хлеб "Дарницкий"	152,36 руб.	120,97 руб.	0,44	0,44	0,44	0,44	9,90	9,90	45,32	45,32	11,00	11,00
	Итого стоимость питания в день			28,59	19,32	13,90	10,90	41,04	30,39	403,68	296,98	0,83	0,57
	Сб, 02 ноября 24			0,27	0,22	0,06	0,05	15,28	11,52	62,73	47,38	3,30	3,27
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	51,53	45,67	64,08	59,04	249,32	209,99	1 780,22	1 554,08	85,84	74,53
697/04	Молоко кипяченое	100	100	15,82	12,27	13,87	11,61	72,46	54,28	477,91	370,68	2,92	2,26
20/2010	Салат из белокочанной капусты	50	40	3,87	3,07	2,32	2,02	15,30	10,20	97,54	71,24	0,04	0,04
132/2004	Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	150/5	9,23	6,93	6,85	5,68	42,85	32,15	269,98	207,45	2,13	1,60
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/30	50/30	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62
516/04	Макаронные изделия отварные	130	110	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
ТТК-271н	Компот "Фруктово-ягодный" из свежих яблок	200	150	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
	Хлеб белый	1/20	1/20	15,22	13,51	24,83	22,15	87,32	73,36	633,71	546,87	50,41	39,79
337/04	Уплотненный полдник	1 шт	1 шт	0,97	0,77	2,55	2,04	5,24	4,19	47,83	38,26	29,89	23,91
261/2004	Яйцо вареное	150/5	150/5	2,68	1,92	4,70	3,15	14,18	10,92	109,75	79,70	13,52	10,01
686/04	Картофельное пюре запеченное с маслом	200/7/18	150/7/18	5,13	5,13	13,42	13,42	7,41	7,41	170,93	170,93	2,46	2,46
	Чай с лимоном с печеньем сахарным в ассортименте	1/20	1/20	4,64	3,93	3,78	3,20	31,67	26,79	179,30	151,72	4,54	3,41
	Хлеб белый	44,6	36,25	0,18	0,14	0,18	0,14	19,06	14,29	78,58	58,94		
	Хлеб "Дарницкий"	152,36 руб.	120,97 руб.	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Итого стоимость питания в день			17,43	16,83	22,74	22,64	84,48	77,29	612,37	580,30	31,14	31,11
	Итого			5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
				4,38	4,38	11,23	11,23	23,87	23,87	214,11	214,11	27,84	27,84
				2,97	2,92	5,78	5,77	32,56	28,80	194,17	178,82	3,30	3,27
				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		
				401,64	321,35	338,66	287,18	1 417,3	1 156,5	10 324,07	8 495,75	481,92	394,45

	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				
			296,77	231,37	326,65	253,01	1411,3	1100,8	9724,09	7563,13	270,15	242,83
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:			49,46	38,56	54,44	42,17	235,22	183,47	1 620,68	1 260,52	45,02	40,47
В среднем в день:												

Зам. Ген. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

 Г. Н. Мартынова

 А. Р. Гатина

 Л. Р. Загдуллина