

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

Р. И. Мусина



ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 14.10.2024г. по 18.10.2024 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, 14 октября 24 | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| 3/04 | Бутерброд с сыром | | | | | | | | | | | | | |
| ТТК-360Н | Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом | 30/5 | 20/5 | 11,95 | 9,14 | 9,92 | 8,26 | 50,97 | 36,97 | 1735,77 | 1489,67 | 39,17 | 29,86 | |
| ТТК-253к | Чай "Витаминный" полусладкий | 200/3 | 150/3 | 3,87 | 3,07 | 2,32 | 2,02 | 15,30 | 10,20 | 340,96 | 258,77 | 5,19 | 3,90 | |
| 697/04 | Молоко кипяченое | 200 | 150 | 7,92 | 5,95 | 7,55 | 6,21 | 29,88 | 22,42 | 97,54 | 71,24 | 0,04 | 0,04 | |
| | Второй завтрак | | | 0,16 | 0,12 | 0,05 | 0,03 | 5,79 | 4,35 | 219,19 | 169,36 | 2,60 | 1,95 | |
| | Молоко кипяченое | 100 | 100 | 3,06 | 3,06 | 2,64 | 2,64 | 5,06 | 5,06 | 24,23 | 18,17 | 2,55 | 1,91 | |
| | Обед | | | 3,06 | 3,06 | 2,64 | 2,64 | 5,06 | 5,06 | 56,23 | 56,23 | 1,37 | 1,37 | |
| ТТК-1025 | Салат "Радужный" | 50 | 40 | 32,50 | 30,31 | 19,51 | 16,42 | 83,51 | 62,19 | 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 | 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 | 23,22 | 17,42 | |
| ТТК-257Н | Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов | 200 | 150 | 27,35 | 25,96 | 11,69 | 10,18 | 40,01 | 26,80 | 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 | 0,03 | 0,02 | |
| | Уплотненный полдник | | | 1,62 | 1,62 | 0,20 | 0,20 | 9,76 | 9,76 | 47,32 | 47,32 | | | |
| 337/04 | Яйцо вареное | 1 шт | 1 шт | 24,40 | 23,42 | 22,40 | 20,54 | 99,91 | 94,58 | 698,86 | 656,85 | 1,31 | 1,12 | |
| 334/04 | Макаронные запеченные с сыром с маслом | 145/5 | 145/3 | 5,52 | 5,52 | 5,04 | 5,04 | 36,44 | 36,41 | 67,44 | 67,44 | | | |
| ТТК-437 | Чай полусладкий с молоком | 200 | 150 | 8,77 | 8,75 | 11,57 | 10,12 | 7,46 | 5,59 | 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 | 27,96 | 27,96 | 48,15 | 36,11 | 0,75 | 0,56 | |
| | Хлеб белый | 1/20 | 1/20 | 3,90 | 3,90 | 3,80 | 3,80 | 9,76 | 9,76 | 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 | 47,32 | 47,32 | | | |
| | 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 | 66,65 | 54,91 | |
| Вт, 15 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 | 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 | | | |
| ТТК-343Н | Кофейный напиток полусладкий | 180 | 150 | 9,23 | 6,93 | 6,85 | 5,68 | 42,85 | 32,15 | 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 | 0,75 | 0,62 | |
| | Второй завтрак | | | 3,00 | 3,00 | 2,59 | 2,59 | 4,14 | 4,14 | 51,85 | 51,85 | 0,72 | 0,72 | |
| | Кефир | 100 | 100 | 3,00 | 3,00 | 2,59 | 2,59 | 4,14 | 4,14 | 51,85 | 51,85 | 0,72 | 0,72 | |
| | Обед | | | 20,33 | 12,99 | 23,85 | 16,22 | 90,22 | 71,33 | 656,75 | 483,23 | 48,73 | 38,37 | |
| ТТК-66 | Салат "Солнышко" | 50 | 40 | 0,49 | 0,39 | 5,09 | 4,07 | 6,56 | 5,25 | 73,94 | 59,15 | 3,08 | 2,46 | |
| 110/2004 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 200/10 | 150/5 | 1,92 | 1,37 | 4,55 | 3,04 | 11,58 | 8,29 | 94,93 | 65,96 | 21,61 | 16,17 | |
| ТТК-1026 | Биточки рыбные "Морячка" | 75 | 50 | 9,99 | 4,42 | 9,18 | 4,85 | 5,48 | 2,42 | 144,53 | 71,01 | 1,38 | 0,59 | |
| 520/04 | Пюре картофельное | 130 | 110 | 2,86 | 2,42 | 4,26 | 3,60 | 19,17 | 16,22 | 126,47 | 107,01 | 22,51 | 19,04 | |

| Пт, 18 октября 24 | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|--|-------------|-------------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|--------|----------|----------|--------|--------|
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| 1/04 | Бутерброд с маслом | | | | | | | | | | | | | |
| 311/04 | Каша молочная рисовая жидкая с маслом | 30/5 | 20/5 | 12,79 | 9,66 | 64,7 | 51,87 | 42,31 | 262,22 | 204,6 | 1 863,98 | 1 457,94 | 40,5 | 35,01 |
| ТТК-198н | Какао с молоком полусладкое | 200/3 | 150/3 | 2,45 | 1,65 | 1,65 | 4,52 | 4,23 | 15,37 | 10,27 | 444,49 | 348,04 | 3,46 | 2,70 |
| 697/04 | Молоко кипяченое | 180 | 150 | 7,29 | 5,47 | 5,47 | 6,88 | 5,71 | 36,35 | 27,27 | 112,00 | 85,71 | | |
| 13/2010 | Салат из свежих огурцов | 100 | 100 | 3,05 | 2,54 | 2,54 | 2,52 | 2,10 | 15,28 | 12,74 | 236,49 | 182,33 | 2,29 | 1,72 |
| 139/04 | Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы | 50 | 40 | 3,06 | 3,06 | 3,06 | 2,64 | 2,64 | 5,06 | 5,06 | 96,00 | 80,00 | 1,17 | 0,98 |
| ТТК-247к | Гречка с говядиной "Батыр" | 200/15 | 150/15 | 3,06 | 3,06 | 3,06 | 2,64 | 2,64 | 5,06 | 5,06 | 56,23 | 56,23 | 1,37 | 1,37 |
| 707/04 | Сок фруктовый разливной | 40/160 | 25/110 | 37,34 | 27,99 | 27,99 | 20,22 | 15,64 | 95,89 | 72,83 | 714,88 | 544,06 | 20,54 | 16,10 |
| | Хлеб белый | 180 | 150 | 2,58 | 2,07 | 2,07 | 3,05 | 2,44 | 1,21 | 0,97 | 42,58 | 34,07 | 4,85 | 3,88 |
| | Уплотненный полдник | 1/20 | 1/20 | 10,56 | 9,41 | 9,41 | 7,00 | 6,53 | 15,88 | 11,99 | 168,80 | 144,41 | 9,93 | 7,63 |
| ТТК-495н | Десерт фруктовый Яблоко | 110 | 110 | 21,68 | 14,14 | 14,14 | 9,97 | 6,47 | 50,86 | 34,96 | 379,86 | 254,66 | 1,44 | 0,99 |
| ТТК-341 | Запеканка "Сладкоежка" с соусом сметанным "Сластена" | 180 | 150 | 0,90 | 0,75 | 0,75 | 0,20 | 0,20 | 18,18 | 15,15 | 76,32 | 63,60 | 4,32 | 3,60 |
| 686/04 | Чай с лимоном | 1/20 | 1/20 | 1,62 | 1,62 | 1,62 | 0,20 | 0,20 | 9,76 | 9,76 | 47,32 | 47,32 | | |
| | Хлеб белый | 44,6 | 36,25 | 33,86 | 23,99 | 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 | 0,44 | 9,90 | 9,90 | 45,32 | 45,32 | 11,00 | 11,00 |
| | Итого стоимость питания в день | | | 23,59 | 19,32 | 19,32 | 13,90 | 10,90 | 41,04 | 30,39 | 403,68 | 296,98 | 0,83 | 0,57 |
| | Итого | | | 0,27 | 0,22 | 0,22 | 0,06 | 0,05 | 15,28 | 11,52 | 62,73 | 47,38 | 3,30 | 3,27 |
| | | | | 1,62 | 1,62 | 1,62 | 0,20 | 0,20 | 9,76 | 9,76 | 47,32 | 47,32 | | |
| | | | | 2,94 | 2,39 | 2,39 | 0,49 | 0,40 | 18,29 | 14,86 | 89,33 | 72,61 | | |
| | | | | 350,11 | 275,68 | 275,68 | 274,58 | 228,14 | 1 168,0 | 946,46 | 8 543,85 | 6 941,67 | 396,08 | 319,92 |

| | 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 | | | | |
| | | | 270,10 | 210,80 | 301,45 | 236,80 | 1308,0 | 1016,5 | 9043,85 | 7441,65 | 251,10 | 226,95 |
| ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ: | | | 54,02 | 42,16 | 60,29 | 47,36 | 261,60 | 203,29 | 1 808,77 | 1 488,33 | 50,22 | 45,39 |
| В среднем в день: | | | | | | | | | | | | |

Зам. Ген. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

Марина Г.Н. Мартынова
Татьяна А.Р. Галина
Л.Р. Л.Р. Загидуллина