

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

_____ Р И Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

(№ДОУ)

(ФИО руководителя)

(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 13.10.2025г. по 17.10.2025 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, 13 октября 25													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	10,68	7,82	8,86	7,12	49,26	35,67	319,55	238,05	2,12	1,59
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	6,63	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,50	149,34	1,37	1,03
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56
697/04	Второй завтрак			3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
	Молоко кипяченое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
20/2010	Обед			18,16	16,86	20,93	19,24	68,57	57,02	535,30	468,73	55,87	46,12
148/04	Салат из белокочанной капусты	50	40	0,95	0,76	2,55	2,04	5,16	4,13	47,40	37,92	29,83	23,86
10 Пр №321 от 07	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	8,00	7,46	7,18	6,66	10,85	8,14	140,01	122,36	1,93	1,63
520/04	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	50/30	4,23	4,23	6,72	6,72	4,20	4,20	94,18	94,18	1,57	1,57
ТТК-257н	Пюре картофельное	130	110	2,86	2,42	4,26	3,60	19,17	16,22	126,47	107,01	22,51	19,04
	Напиток "Плодово-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		
	Уплотненный полдник			19,32	17,95	12,42	11,67	114,02	102,89	645,13	588,35	0,55	0,49
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
510/04	Каша гречневая вязкая	130	110	4,03	3,41	4,12	3,49	21,54	18,23	139,36	117,92		
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	0,78	0,58	0,13	0,10	17,55	13,16	74,47	55,85	0,25	0,19
ТТК-458	Ватрушка с повидлом	75	75	4,43	4,43	2,44	2,44	46,88	46,88	227,21	227,21	0,30	0,30
	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													
	Вт, 14 октября 25	170,64 руб.	135,49 руб.	79,91	63,71	61,23	50,35	216,08	179,93	1 734,88	1 427,62	68,6	55,23
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	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
				3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
698/04	Второй завтрак			3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
	Простокваша	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
	Обед			37,73	33,06	26,43	22,01	102,57	85,04	798,99	670,47	44,31	33,50
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
124/04	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
ТТК-101н	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		

№ п/п	Наименование	Среднедневной рацион										Итого
		Завтрак	1-й завтрак	2-й завтрак	Обед	Полдник	Ужин	Вечерний прием пищи	Всего	В % от нормы	В % от нормы	
3/04	Бутерброд с сыром	30/5										
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	20/5									
ТТК-343н	Кофейный напиток полуслидкий	180	150/3									
	Второй завтрак		150									
697/04	Молоко кипяченое	100	100									
	Обед											
14/10	Салат из свежих помидоров	50	40									
133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25									
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	50/50									
ТТК-187а	Каша гречневая вязкая	130	110									
ТТК-258к	Напиток "Плодово-ягодный" из урюка	200	150									
	Хлеб белый	1/20	1/20									
	Уплотненный полдник											
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт									
687/96	Пирожки печенные с картофелем	75	75									
707/04	Сок фруктовый разливной	200	150									
	Хлеб белый	1/20	1/20									
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25									
Итого стоимость питания в день		170,64 руб.	135,49 руб.									
Итого		314,17	262	232,52	201,73	1 144	947	7 925,42	6 651,55	294,99	237,82	

	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				
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:			247.85	192.85	271.25	211.60	1176.0	919.30	8100.70	6304.05	225.75	202.85
В среднем в день:			49.57	38.57	54.25	42.32	235.19	183.86	1 620.14	1 260.81	45.15	40.57

Зам. Ген. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

Г. Н. Фазуллина

А. Р. Гатина

Л. Р. Загидуллина