

"УТВЕРЖАЮ"

ООО "Школьное питание"

Р. И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

(№ ДОУ)

(ФИО руководителя)

(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК С 22.09.2025г. по 26.09.2025 г.

[illegible]

ТТК-258к	Напиток "Плодово-ягодный" из урюка	200	150	0,51	0,38	0,08	0,06	19,38	14,53	80,23	60,17	0,15	0,11
	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		
ТТК-495н	Уплотненный полдник			10,08	9,32	11,78	11,07	81,67	75,34	473,02	438,21	18,82	18,10
ТТК-187а	Десерт фруктовый Яблоко	145	145	0,58	0,58	0,58	0,58	13,05	13,05	59,74	59,74	14,50	14,50
	Каша гречневая вязкая	130	110	3,98	3,37	4,64	3,93	21,48	18,18	143,60	121,51		
	Сок фруктовый с печеньем сахарным в ассортименте	180/20	150/20	3,90	3,75	6,36	6,36	37,38	34,35	222,36	209,64	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	170,64 руб.	135,49 руб.										
2/04	Ср, 24 сентября 25			81,94	68,92	46,84	40,97	198,41	161,45	1 543,07	1 290,28	84,18	66,3
311/04	Завтрак			10,75	8,13	12,16	10,71	69,48	53,61	430,41	343,33	2,64	2,11
ТТК-198н	Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	2,45	1,65	4,52	4,22	21,23	16,13	135,44	109,14	0,10	0,10
	Каша молочная рисовая жидкая с маслом	200/3	150/3	5,25	3,94	5,12	4,39	32,97	24,74	198,97	154,19	1,37	1,03
	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
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			35,08	33,82	18,35	16,14	49,79	38,99	504,65	436,64	64,69	47,44
148/04	Салат из белокочанной капусты	50	40	0,97	0,77	2,55	2,04	5,24	4,19	47,83	38,26	29,89	23,91
	Суп лапша домашняя с мясными фрикадельками	200/25	150/25	6,33	6,39	8,22	7,76	2,86	2,22	111,50	104,33	2,23	1,82
	"Останкинские"												
Приказ № 306 от	Рагу из мякоти птицы	50/150	50/100	25,95	25,03	7,37	6,14	15,27	10,32	231,27	196,68	32,37	21,56
ТТК-503	Напиток "Плодово-ягодный" ассорти	200	150	0,01	0,01	0,01		16,66	12,50	66,73	50,05	0,20	0,15
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
ТТК-495н	Уплотненный полдник			33,05	23,91	13,69	11,48	74,08	63,79	551,78	454,08	15,48	15,38
ТТК - 341н	Десерт фруктовый Яблоко	145	145	0,58	0,58	0,58	0,58	13,05	13,05	59,74	59,74	14,50	14,50
ТТК-475	Творожник "Зебра" с соусом сметанным "Сластена"	150/15	100/30	27,71	19,17	12,37	10,26	27,92	22,33	333,89	258,29	0,88	0,80
	Чай полусладкий	200	150	0,20	0,15	0,05	0,04	5,06	3,79	21,50	16,12	0,10	0,08
	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	170,64 руб.	135,49 руб.										
3/04	Чт, 25 сентября 25			62,09	50,9	57,55	48,55	219,52	179,85	1 644,45	1 359,85	25,38	20,21
311/04	Завтрак			11,29	8,51	10,72	8,90	62,58	46,87	391,95	301,55	2,12	1,65
ТТК-343н	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	2,40	1,60	0,90	0,60	15,30	10,20	78,90	52,60		
	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	6,17	4,64	5,12	4,39	32,97	24,74	202,66	156,96	1,37	1,03
	Кофейный напиток полусладкий	180	150	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62
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
13/2010	Обед			33,76	26,02	27,38	20,79	86,52	69,56	727,63	569,51	18,93	14,26
139/04	Салат из свежих огурцов	50	40	2,47	1,98	5,04	4,03	1,16	0,93	59,91	47,92	4,64	3,71
ТТК-992	Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы	200/15	150/15	10,50	9,34	6,90	6,45	13,38	10,04	157,67	135,60	12,85	9,82
510/04	Мясо "Нежное" в соусе	40/50	25/25	13,09	8,08	11,12	6,64	3,84	1,92	167,79	99,77	1,41	0,71
ТТК-257н	Каша перловая вязкая	130	110	2,64	2,24	3,61	3,05	20,66	17,48	125,69	106,35		
	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		
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
340/04	Уплотненный полдник			13,98	13,31	16,81	16,22	66,09	59,09	471,59	435,51	3,49	3,46
510/04	Омлет натуральный	53	53	5,06	5,06	6,39	6,39	0,75	0,75	80,75	80,75	0,19	0,19
686/04	Каша пшеничная вязкая	130	110	4,03	3,41	3,80	3,22	21,10	17,86	134,75	114,02		
	Чай с лимоном с печеньем сахарным в ассортименте	200/7/20	150/7/20	3,27	3,22	6,42	6,41	34,48	30,72	208,77	193,42	3,30	3,27
	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	170,64 руб.	135,49 руб.										
Пт, 26 сентября 25				60,67	45,03	61,48	46,51	237,69	190,89	1 746,75	1 362,34	99,49	82,35

Завтрак													
1/04	Бутерброд с маслом	30/5		13,05	9,86	13,05	11,38	68,12	51,12	442,22	346,34	2,48	1,96
311/04	Каша молочная пшенная с маслом	200/3	20/5	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71		
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150/3	7,55	5,67	6,01	5,05	37,47	28,11	234,22	180,63	1,31	0,98
Второй завтрак													
697/04	Молоко кипяченое	100	100	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
Обед													
14/10	Салат из свежих помидоров	50	40	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/5	17,35	12,79	32,01	22,97	68,08	53,88	629,73	473,43	80,29	63,84
ТТК-649к	Биточки "Рябушка"	75	50	0,39	0,31	3,03	2,42	2,65	2,12	39,37	31,50	6,40	5,12
ТТК-272н	Картофель тушеный	130	110	1,93	1,39	4,51	3,01	6,69	4,94	75,08	52,41	38,57	28,93
	Кисель из концентрата полусладкий	200	150	10,56	7,08	16,52	10,78	13,20	8,85	243,68	160,72		
	Хлеб белый	1/20	1/20	2,75	2,32	7,75	6,56	14,30	12,10	137,98	116,75	34,36	29,07
	Уплотненный полдник	145	145	0,10	0,07	0,20	0,20	21,48	16,11	86,30	64,73	0,96	0,72
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	150/30	100/30	27,21	19,32	13,78	9,52	96,43	80,83	618,57	486,34	15,35	15,18
ТТК-572н	Пудинг из творога "Пышка" с повидлом	200	150	0,58	0,58	0,58	0,58	13,05	13,05	59,74	59,74	14,50	14,50
ТТК-475	Чай полусладкий	1/20	1/20	21,87	14,58	12,46	8,30	50,27	39,37	400,68	290,55	0,75	0,60
	Хлеб белый	44,6	36,25	0,20	0,15	0,05	0,04	5,06	3,79	21,50	16,12	0,10	0,08
	Хлеб "Дарницкий"	170,64 руб.	135,49 руб.	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													
Итого				315,65	257,9	261,67	216,87	1 123,4	911,94	8 111,63	6 631,17	328,78	267,24

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				
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли			Дет.	Ясли
				245,65	192,90	271,65	211,85	1177,0	916,95	сод	сод
				49,13	38,58	54,33	42,37	235,39	183,39	228,80	202,25
										1 620,23	1 260,33
										45,76	40,45