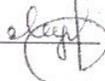


"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

 Р.И.Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

МБДОУ "Энже"

(№ДОУ)

Мурзагова В.Р.

(ФИО руководителя)

(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСК с 02.03.2026г. по 06.03.2026 г.

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг С		
		Дет. сад	Ясли	Белки		Жиры		Углеводы		Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли					
Пн, 02 марта 26														
Завтрак														
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	9,24	6,75	11,23	9,80	47,66	34,50	328,73	253,22	3,92	2,94	
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71			
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	6,63	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,50	149,34	1,37	1,03	
Второй завтрак														
697/04	Молоко кипяченое	100	100	0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17	2,55	1,91	
Обед														
52/11	Салат из свеклы отварной	50	40	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37	
134/04	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200/5	155	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37	
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	32,19	30,07	19,98	16,80	83,60	62,26	643,05	520,49	32,75	24,64	
ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	150	0,97	0,78	3,06	2,45	5,68	4,55	54,17	43,34	6,46	5,17	
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,75	1,34	5,01	3,95	8,72	6,58	86,96	67,22	23,22	17,42	
Уплотненный полдник														
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	27,35	25,96	11,69	10,18	40,01	26,80	374,68	302,67	3,04	2,03	
ТТК - 181а	Макароны отварные	130	110	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02	
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32			
ТТК-814	Булочка домашняя	30	30	18,48	16,81	15,42	14,35	85,55	75,39	554,96	498,00	0,75	0,56	
	Хлеб белый	1/20	1/20	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44			
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	4,59	3,88	4,29	3,63	31,56	26,70	183,26	155,06			
Итого стоимость питания в день		177,47 руб.	140,91 руб.	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56	
Вт, 03 марта 26														
Завтрак														
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	2,16	2,16	4,10	4,10	18,48	18,48	119,46	119,46			
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32			
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61			
Второй завтрак														
698/04	Ряженка	100	100	3,09	3,09	6,18	6,18	4,22	4,22	84,87	84,87	0,31	0,31	
Обед														
ТТК-528н	Салат "Сельский"	50	40	21,81	15,30	23,72	16,91	97,73	76,64	691,62	520,06	53,72	43,84	
110/2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	1,30	1,04	7,05	5,64	3,76	3,01	83,73	66,98	7,48	5,99	
ТТК 499н	Палочки рыбо-крупяные из минтая	2/40		10,75		7,84		15,74		176,51		1,73		
ТТК 491к	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ.(зелён.гор)		1/40/10		6,05		3,97		9,81		99,21		2,34	
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, 06 марта 26				61,19	45,44	61,38	46,43	249,88	200,77	1 796,7	1 402,86	88,64	73,1
Завтрак				13,05	9,86	13,05	11,38	68,12	51,12	442,22	346,34	2,48	1,96
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	2,45	1,65	4,52	4,23	15,37	10,27	112,00	85,71		
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	7,55	5,67	6,01	5,05	37,47	28,11	234,22	180,63	1,31	0,98
ТТК-198н	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
Второй завтрак				3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
697/04	Молоко кипяченое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
Обед				17,89	13,22	31,93	22,91	80,72	64,21	681,74	516,01	69,94	55,09
35/2010	Салат из свеклы с яблоком	50	40	0,74	0,59	2,60	2,08	6,84	5,47	53,74	43,00	6,04	4,83
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/5	1,95	1,39	4,57	3,05	8,09	5,96	81,28	56,88	36,71	27,34
ТТК-649к	Биточки "Рябушка"	75	50	10,56	7,08	16,52	10,78	13,20	8,85	243,68	160,72		
216/04	Картофель тушеный	130	110	2,92	2,47	8,04	6,80	21,35	18,06	169,42	143,36	26,23	22,20
ТТК-272н	Кисель из концентрата полусладкий	200	150	0,10	0,07			21,48	16,11	86,30	64,73	0,96	0,72
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
Уплотненный полдник				27,19	19,30	13,76	9,50	95,98	80,38	616,51	484,28	14,85	14,68
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	140	140	0,56	0,56	0,56	0,56	12,60	12,60	57,68	57,68	14,00	14,00
ттк-572н	Пудинг из творога "Пышка" с повидлом	150/30	100/30	21,87	14,58	12,46	8,30	50,27	39,37	400,68	290,55	0,75	0,60
ТТК-475	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				177,47 руб.	140,91 руб.								
Итого				315,93	258,14	267,49	222,1	1 145,5	927,95	8 253,18	6 743,36	333,44	281,5

	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. сад	Ясли			Дет. сад	Ясли
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:			246,0	191,8	272,5	212,1	1175,5	928,0	8100,7	6300,6	228,5	201,5
В среднем в день:			49,19	38,36	54,50	42,42	235,09	185,59	1 620,14	1 260,11	45,69	40,30

Зам. Ген. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

Г. Н. Фазуллина
А. Р. Гатина
Л. Р. Загидуллина

Г. Н. Фазуллина

А. Р. Гатина

Л. Р. Загидуллина