

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
ООО "Школьное питание"
Р. И. Мусина



ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНІСК с 12.01.2026г. по 16.01.2026 г.

№ п/п	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, 12 января 26													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	8,79	6,40	6,80	5,03	52,83	38,34	307,71	224,20	0,10	0,08
5/10/04	Каша пшеничная вязкая	200	150	2,40	1,60	0,90	0,60	15,30	10,20	78,90	52,60		
ТТК-475	Чай полуслидкий	200	150	6,19	4,65	5,85	4,39	32,47	24,35	207,31	155,48		
Второй завтрак													
707/04	Сок фруктовый разливной	150	150	0,75	0,75			15,15	15,15	63,60	63,60	0,10	0,08
Обед													
ТТК-357н	Салат "Капуста квашеная" (б/лука)	50	40	37,87	30,71	31,59	23,82	86,35	69,77	781,12	616,22	17,81	14,24
148/04	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	0,90	0,72	2,78	2,22	4,27	3,42	45,66	36,53	15,00	12,00
ТТК-739к	Котлеты "Татарские"	75	50	8,06	7,50	7,18	6,67	11,17	8,38	141,55	123,51	2,22	1,85
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	12,09	8,06	17,09	11,06	9,30	6,20	239,33	156,55	0,56	0,37
ТТК-257н	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
Уплотненный полдник													
337/04	Ябло вареное	1 шт	1 шт	18,25	16,88	17,35	16,60	95,96	84,83	612,98	556,20	0,25	0,19
510/04	Каша гречневая вязкая	130	110	5,52	5,52	5,04	5,04	21,54	18,23	67,44	67,44		
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полуслидкий	200	150	0,78	0,58	0,13	0,10	17,55	13,16	74,47	55,85	0,25	0,19
470/10	Булочка дорожная	50	50	3,36	3,36	7,37	7,37	28,82	28,82	195,06	195,06		
	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.										
Вт, 13 января 26													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	14,22	9,67	11,46	8,60	70,31	52,76	441,28	327,17	2,49	1,94
ТТК-198н	Каша молочная ячневая (вязкая)	200	150	3,88	1,65	5,90	4,22	15,37	10,27	130,13	85,70	0,04	0,04
	Какао с молоком полуслидкое	180	150	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
Второй завтрак													
698/04	Простокваша	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
Обед													
ТТК-359н	Винегрет из овощей	50	40	26,32	18,66	26,55	19,74	84,44	66,88	681,99	519,83	48,47	35,49
124/04	Щи из св.кап.с карт.с мясн.фрик.Останкин со сметаной	200/25/10	150/25/10	1,23	0,99	3,55	2,84	3,75	3,00	51,88	41,50	6,71	5,37
ТТК-1026	Биточки рыбные "Морышка"	75	50	7,98	7,56	9,47	9,08	7,41	5,78	146,77	135,03	40,23	30,36

[illegible]

Пт. 16 января 26													
Завтрак													
3/04	Булгурброд с сыром	30/5	20/5	60,25	44,04	30,47	24,8	207,52	172,66	1 345,27	1 089,92	63,87	50,79
161/04	Суп молочный с рисом	200	150	8,68	6,52	6,32	4,81	44,98	33,62	271,50	203,77	2,05	1,60
ТТК-343н	Кофейный напиток полусливочный	180	150	2,40	1,60	0,90	0,60	15,30	10,20	78,90	52,60		
Второй завтрак													
697/04	Молоко кипяченое	100	100	3,76	2,82	3,78	2,84	15,74	11,80	111,99	84,00	1,30	0,98
Обед													
20/20/10	Салат из белокочанной капусты	50	40	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62
133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
ТТК-53к	Макоть птицы тушеная в соусе	50/50	25/25	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
ТТК-187а	Каша гречневая вязкая	130	110	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62
ТТК-258к	Напиток "Фруктово-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 белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
Уплотненный полдник													
337/04	Рыццо вареное	1 шт	1 шт	15,78	14,98	7,32	7,23	82,04	73,56	457,20	419,28	9,99	8,79
687/96	Пирожки печеные с картошкой	75	75	5,52	5,52	5,04	5,04	33,79	33,79	168,31	168,31	5,19	5,19
707/04	Сок фруктовый разливной	200	150	4,70	4,70	1,59	1,59	20,20	15,15	84,80	63,60	4,80	3,60
	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				316,81	244,62	240,34	198,84	1 143,0	936,73	8 002,42	6 514,71	319,68	265

	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	
			246,80	191,45	270,35	213,85	1175,8	916,75	8102,40	6300,65	
			49,36	38,29	54,07	42,77	235,16	183,35	1 620,48	1 260,13	
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:											
В среднем в день:											
									45,49	40,00	

Зам. Ген. Директора по производству и качеству
Экономист по ценам
Ведущий инженер-технолог по производству

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

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