

1,3 группа  
 10 группа: сады № 22, 33, 36, 37, 38, 67, 71, 74, 77, 79, 81, 102, 122  
 13 группа: сады № 4, 6, 13, 32, 43, 47, 63, 84, 88, 89, 91, 101, 116  
 15 группа: сады № 1,3, 5, 11, 24, 25, 42, 48, 58, 90, 99, 119, 85  
 16 группа: сады № 2, 45, 55, 56, 59, 60, 68, 68ф, 76, 87, 95, 100, 117, 130  
 19 группа: сады № 15, 19, 23, 57, 107, 112, 113, 124, 125, 126, 127, 128, 129, 119


"УТВЕРЖДАЮ"  
 Генеральный директор

"СОГЛАСОВАНО"

ООО "Школьное питание"

(№ДОУ)

(ФИО руководителя)

 В.П. Гусева

(подпись)

**ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ с 11.05.2022г. по 13.05.2022 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	С		
				Дет. сал	Ясли	Дет. сал	Ясли	Дет. сал	Ясли			Дет. сал	Ясли	
<b>Ср, 11 мая 22</b>														
<b>Завтрак</b>														
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	3.73	2.99	5.87	5.58	15.49	10.35	129.70	103.57	0.04	0.04	
311/04	Каша молочная пшенная 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-343н	Кофейный напиток полусладкий	200	150	2.80	2.10	1.83	1.37	15.49	11.62	89.57	67.17	0.83	0.62	
<b>Второй завтрак</b>														
707/04	Сок фруктовый разливной	170	130	0.85	0.65			17.17	13.13	72.08	55.12	4.08	3.12	
<b>Обед</b>														
612/04	Маринад овощной с томатом	50	40	0.79	0.63	5.05	4.04	5.30	4.24	69.83	55.87	4.24	3.39	
148/04	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	8.06	7.50	7.18	6.67	11.17	8.38	141.55	123.51	2.22	1.85	
ТТК-247н	Гречка с говядиной "Батыр"	40/160	25/100	21.75	13.60	9.97	6.23	51.28	32.05	381.89	238.63	1.80	1.13	
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-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 "Рябинушка"	1/20	1/20	1.52	1.52	0.18	0.18	9.94	9.94	47.46	47.46			
	Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	2.32	2.32	0.46	0.46	17.94	17.94	85.14	85.14			
<b>Полдник</b>														
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	
<b>Ужин</b>														
	Десерт фруктовый Яблоко	120	70	0.48	0.28	0.48	0.28	10.80	6.30	49.44	28.84	12.00	7.00	
ТТК-302н	Галушки "Снежок"	195/5	145/5	30.93	23.00	12.14	9.95	52.39	39.48	442.54	339.42	0.57	0.42	
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/18	150/18	1.55	1.50	2.91	2.90	13.70	12.43	87.21	81.84	0.10	0.07	
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1.52	1.52	0.18	0.18	9.94	9.94	47.46	47.46			
<b>Итого стоимость питания в день</b>		126.79 руб.	100.66 руб.											
<b>Чт, 12 мая 22</b>														
<b>Завтрак</b>														
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	3.73	2.99	5.87	5.58	15.49	10.35	129.70	103.57	0.04	0.04	
161/04	Суп молочный с рисом	200	150	3.76	2.82	3.78	2.84	15.74	11.80	111.99	84.00	1.30	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	
<b>Второй завтрак</b>														
698/04	Ацидофилин	100	100	3.02	3.02	2.70	2.70	4.32	4.32	53.68	53.68	0.86	0.86	
<b>Обед</b>														
131/04	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	150/5	2.42	1.85	3.81	3.05	11.41	8.60	89.64	69.23	21.74	16.31	
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	50/30	4.24	4.24	6.72	6.72	4.25	4.25	94.43	94.43	1.61	1.61	
520/04	Пюре картофельное	130	100	3.05	2.35	4.00	3.08	14.04	10.80	104.38	80.29	37.40	28.77	
ТТК-2н	Зеленый горошек порциями	15	10	1.02	0.68	0.08	0.05	2.91	1.94	16.44	10.96	2.22	1.48	
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 "Рябинушка"	1/20	1/20	1.52	1.52	0.18	0.18	9.94	9.94	47.46	47.46			
	Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	2.32	2.32	0.46	0.46	17.94	17.94	85.14	85.14			
<b>Полдник</b>														
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	
<b>Ужин</b>														
ТТК-101н	Котлеты "Любимые"	75	50	0.14	4.20	2.64		0.12		37.76	24.78			

510/04	Каша пшеничная вязкая	130	100	4.03	3.10	3.80	2.93	21.10	16.23	134.75	103.66		
686/04	Чай с лимоном	200/7	150/7	0.27	0.22	0.06	0.05	15.28	11.52	62.73	47.38	3.30	3.27
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1.52	1.52	0.18	0.18	9.94	9.94	47.46	47.46		
<b>Итого стоимость питания в день</b>		126.79 руб.	100.66 руб.										
<b>Пт, 13 мая 22</b>				61.01	47.2	54.37	46.6	226.15	177.55	1,637.96	1,318.45	73	53.51
<b>Завтрак</b>				10.52	8.09	12.58	11.15	47.78	34.58	346.43	271.08	3.96	2.98
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	3.73	2.99	5.87	5.58	15.49	10.35	129.70	103.57	0.04	0.04
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-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	0.16	0.12	0.05	0.03	5.79	4.35	24.23	18.17	2.55	1.91
<b>Второй завтрак</b>				0.85	0.65			17.17	13.13	72.08	55.12	4.08	3.12
707/04	Сок фруктовый разливной	170	130	0.85	0.65			17.17	13.13	72.08	55.12	4.08	3.12
<b>Обед</b>				15.09	13.76	24.92	22.81	91.04	78.19	648.71	573.09	49.01	37.92
ТТК-1025	Салат "Радужный"	50	40	1.33	1.06	2.60	2.08	5.88	4.70	52.21	41.77	5.28	4.23
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	150/5	1.92	1.47	3.77	3.02	7.12	5.38	70.06	54.55	40.20	30.16
ТТК-652к; 587/04	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	50/50	5.36	5.36	14.30	14.30	8.84	8.84	185.51	185.51	3.53	3.53
510/04	Каша перловая вязкая	130	100	2.64	2.03	3.61	2.77	20.66	15.89	125.69	96.68		
ТТК-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из изюма	200	150					20.66	15.50	82.64	61.98		
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1.52	1.52	0.18	0.18	9.94	9.94	47.46	47.46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	2.32	2.32	0.46	0.46	17.94	17.94	85.14	85.14		
<b>Полдник</b>				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
<b>Ужин</b>				31.49	21.64	14.23	10.00	65.10	46.59	514.51	362.93	14.58	8.12
	Десерт фруктовый Яблоко	130	70	0.52	0.28	0.52	0.28	11.70	6.30	53.56	28.84	13.00	7.00
ТТК-341	Запеканка "Сладкоежка" с соусом сметанным "Сластена"	150/15	100/15	27.80	18.60	12.23	8.56	36.00	24.76	365.34	250.52	0.83	0.56
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
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1.52	1.52	0.18	0.18	9.94	9.94	47.46	47.46		
<b>Итого стоимость питания в день</b>		126.79 руб.	100.66 руб.										
<b>Итого</b>				185.53	146.35	150.29	127.35	702.9	552.75	4,906.29	3,942.28	173.56	129.91

	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
<b>ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:</b>			163.14	126.75	180.84	142.20	783.72	610.65	5422.62	4285.98	150.63	135.12
<b>В среднем в день:</b>			54.38	42.25	60.28	47.40	261.24	203.55	1,807.54	1,428.66	50.21	45.04

Рекомендуемые нормы физиологических потребностей для детей с 3 до 7 лет в пищевых веществах и энергии согласно СанПиН 2.3./2.4.3590 - 20 "Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях"

возраст детей	энергетическая ценность, ккал	белки, г	жиры,г	углево ды, г	Витам ин С мг
3-7 лет	1800	54	60	261	50
до 3 лет	1400	42	47	203	45

Зам. директора по производству и качеству



Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам



Н.В. Журавлева

Ведущий инженер-технолог по производству



Л. Р. Загидуллина