

2,4 группа

11 группа: сады № 28, 30, 34, 40, 50, 51, 52, 54, 69, 70, 93, 103, 110

12 группа: сады № 7, 12, 14, 18, 21, 29, 31, 35, 39, 46, 97, 106, 115

14 группа: сады № 10, 17, 20, 26, 49, 64, 72, 73, 75, 92, 96, 105, 120

17 группа: сады № 41, 44, 53, 61, 78, 80, 83, 94, 98, 104, 111, 114, 123

18 группа: сады № 8, 9, 16, 27, 62, 65, 66, 82, 86, 108, 109, 118, 121, 131

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ с 03.07.2023г. по 07.07.2023 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. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли			Дет. сад	Ясли		
Пн, 03 июля 23															
Завтрак															
				48,28	41,29	57,9	49,75	238,3	190,86	1 667,48	1 376,27	57,5	44,45		
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	16,63	13,68	18,00	16,14	51,16	37,12	433,18	348,46	4,84	3,63		
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	2,27	1,53	4,49	4,21	15,49	10,35	111,49	85,37				
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44				
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	8,68	6,51	8,42	6,86	29,88	22,42	230,02	177,48	2,29	1,72		
Второй завтрак															
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17	2,55	1,91		
Обед															
				0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40		
52/11	Салат из свеклы отварной	50	40	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40		
133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	20,16	18,82	26,00	24,34	103,84	90,38	730,03	655,84	33,68	26,46		
ТТК-652ж; 587/04	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	50/50	0,91	0,73	3,06	2,45	5,33	4,27	52,49	41,99	6,06	4,85		
516/04	Макаронные изделия отварные	130	110	5,41	4,96	4,22	3,75	9,46	7,10	97,49	82,04	24,09	18,08		
ТТК-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из изюма	200	150	5,36	5,36	14,30	14,30	8,84	8,84	185,51	185,51	3,53	3,53		
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	4,64	3,93	3,78	3,20	31,67	26,79	179,30	151,72				
	Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14				
Полдник															
697/04	Молоко кипяченое	130	100	3,98	3,06	3,43	2,64	6,58	5,06	73,10	56,23	1,78	1,37		
Ужин															
				7,01	5,23	10,47	6,63	66,62	48,20	388,77	273,34	14,80	10,59		
ТТК-1019	Десерт фруктовый Яблоко	140	100	0,56	0,40	0,56	0,40	12,60	9,00	57,68	41,20	14,00	10,00		
	Сырники "Домашние" из творога с соусом сметанным "Сластёна"	150/50	100/30	3,28	2,07	8,43	5,07	36,62	23,67	235,48	148,57	0,05	0,03		
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		
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46				
Итого стоимость питания в день		146,5 руб.	116,32 руб.												
Вт, 04 июля 23															
Завтрак															
				66,28	54,54	60,6	51,39	245,68	208,06	1 793,35	1 512,94	91,35	83,51		
2/04	Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	14,59	11,04	13,91	12,02	79,94	61,47	503,30	398,24	5,86	4,73		
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	2,27	1,53	4,49	4,20	21,35	16,21	134,93	108,80	0,10	0,10		
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	9,23	6,93	6,85	5,68	42,85	32,15	269,98	207,45	2,13	1,60		
Второй завтрак															
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40		
Обед															
				0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40		
ТТК-359н	Винегрет из овощей	50	40	25,72	19,40	25,51	19,86	74,33	63,91	629,84	512,02	74,76	68,37		
				1,20	0,96	3,55	2,84	4,20	3,36	53,56	42,85	6,35	5,08		

124/04	Щи из свежей капусты с картофелем с мякотью птицы со сметаной	200/15/10	200/15/10	7,74	7,74	8,17	8,17	6,56	6,56	130,75	130,75	38,93	38,93
ТТК-1026	Биточки рыбные "Морячка"	75	50	9,99	4,42	9,18	4,85	5,48	2,42	144,53	71,01	1,38	0,59
520/04	Пюре картофельное	130	110	2,45	2,07	3,95	3,34	10,78	9,12	88,48	74,87	28,07	23,75
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		
	Полдник			4,50	3,30	3,88	2,85	6,21	4,55	77,78	57,04	1,09	0,80
698/04	Кефир	150	110	4,50	3,30	3,88	2,85	6,21	4,55	77,78	57,04	1,09	0,80
	Ужин			20,97	20,30	17,30	16,66	75,10	68,03	540,03	503,24	7,24	7,21
ттк-396	Тефтели из птицы с соусом томатным	60/30	60/30	12,60	12,60	7,54	7,54	12,02	12,02	166,34	166,34	3,94	3,94
510/04	Каша гречневая вязкая	130	110	4,03	3,41	4,12	3,49	21,54	18,23	139,36	117,92		
686/04	Чай с лимоном с печ. сахарн в ассорт.	200/7/17	150/7/17	2,82	2,77	5,46	5,45	31,60	27,84	186,87	171,52	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		
	Итого стоимость питания в день	146,5 руб.	116,32 руб.										
	Ср, 05 июля 23			63,82	56,67	49,05	41,63	238,87	190,51	1 652,22	1 363,35	57,43	43,23
	Завтрак			13,20	9,97	16,07	13,83	66,15	49,55	462,07	362,47	3,04	2,34
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	2,27	1,53	4,49	4,21	15,49	10,35	111,49	85,37		
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	8,21	6,17	6,88	5,71	36,35	27,27	240,19	185,11	2,29	1,72
ТТК-343н	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
	Второй завтрак			0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
	Обед			33,70	31,62	19,94	16,30	96,77	76,28	701,27	578,31	36,11	27,04
13/2010	Салат из свежих огурцов	50	40	0,39	0,31	3,05	2,44	1,21	0,97	33,80	27,04	4,85	3,88
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	150/5	1,92	1,37	4,51	3,01	10,68	7,92	90,96	64,26	22,68	17,02
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	27,43	26,01	11,70	10,18	40,45	27,10	376,85	304,12	3,45	2,30
ТТК-265н	Компот "Фруктово-ягодный" из красной смородины	200	150	0,12	0,09	0,04	0,03	16,55	12,41	67,06	50,29	5,13	3,84
	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		
	Полдник			3,98	3,06	3,43	2,64	6,58	5,06	73,10	56,23	1,78	1,37
697/04	Молоко кипяченое	130	100	3,98	3,06	3,43	2,64	6,58	5,06	73,10	56,23	1,78	1,37
	Ужин			12,44	11,52	9,61	8,86	59,27	49,52	373,38	323,94	14,10	10,08
	Десерт фруктовый Яблоко	140	100	0,56	0,40	0,56	0,40	12,60	9,00	57,68	41,20	14,00	10,00
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
516/04	Макаронные изделия отварные	130	110	4,64	3,93	3,78	3,20	31,67	26,79	179,30	151,72		
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 "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Итого стоимость питания в день	146,5 руб.	116,32 руб.										
	Чт, 06 июля 23			88,45	67,27	66,41	51,57	277,85	228,29	2 062,88	1 646,29	127	110,45
	Завтрак			14,67	11,45	13,76	11,71	60,61	45,47	425,03	333,06	3,81	2,97
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	3,68	2,94	2,24	1,95	15,42	10,28	96,59	70,46	0,04	0,04
ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	200/5	150/5	7,94	5,97	9,00	7,66	29,91	22,45	232,44	182,60	2,60	1,95
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			0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
	Обед			34,32	27,09	29,15	20,43	106,91	89,69	827,14	650,90	55,60	43,51
ТТК-513н	Салат " Свежесть "	50	40	1,13	0,90	2,56	2,05	5,43	4,35	49,27	39,42	37,50	30,00
131/04	Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	150/5	2,46	1,78	4,54	3,03	10,40	7,71	92,30	65,23	16,58	12,42
ТТК-739к	Котлеты "Татарские"	75	50	12,09	8,06	17,09	11,06	9,30	6,20	239,33	156,55	0,56	0,37
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	14,70	12,44	4,32	3,65	32,42	27,44	227,34	192,37		
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		
	Полдник			4,59	3,37	3,96	2,90	6,49	4,76	79,92	58,61	1,27	0,93
698/04	Простокваша	150	110	4,59	3,37	3,96	2,90	6,49	4,76	79,92	58,61	1,27	0,93
	Ужин			34,37	24,86	19,54	16,53	93,74	78,27	688,39	561,32	63,92	60,64
	Десерт фруктовый Апельсин	105	100	0,95	0,90			8,82	8,40	39,06	37,20	63,00	60,00
ТТК-341	Запеканка "Сладкоежка" с соусом сметанным "Сластена"	150/15	100/30	28,59	19,32	13,90	10,90	41,04	30,39	403,68	296,98	0,83	0,57
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным	200/17	150/17	3,31	3,12	5,46	5,45	33,94	29,54	198,19	179,68	0,09	0,07
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Итого стоимость питания в день	146,5 руб.	116,32 руб.										
	Пт, 07 июля 23			70,45	56,05	69,58	55,68	265,37	220,31	1 969,61	1 606,54	122,1	97
	Завтрак			19,81	16,28	18,86	16,93	70,12	52,50	529,58	427,47	2,93	2,26
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	2,27	1,53	4,49	4,21	15,49	10,35	111,49	85,37		
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
302/04	Каша молочная пшенная с маслом	200/3	150/3	9,50	7,13	7,69	6,31	40,69	30,53	270,04	207,49	2,18	1,64
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62
	Второй завтрак			0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
	Обед			26,48	22,34	32,80	26,16	79,04	66,41	717,27	590,39	77,33	58,53
22/10	Салат из картофеля с огурцами солёными	50	40	1,41	1,13	2,54	2,03	3,74	2,99	43,45	34,76	6,76	5,41
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-404к	Голубцы с мясом и рисом "Ленивые"	200	150	12,67	9,50	22,42	16,80	16,82	12,59	319,75	239,58	68,32	51,25
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		
	Полдник			8,41	7,49	5,87	5,08	53,46	51,94	300,31	283,44	2,08	1,67
697/04	Молоко кипяченое	130	100	3,98	3,06	3,43	2,64	6,58	5,06	73,10	56,23	1,78	1,37
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
	Ужин			15,25	9,44	12,05	7,51	52,65	39,36	380,05	262,84	37,36	32,14
ТТК491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ.(мексик см)	2/40/10	40/10	11,01	5,63	7,86	3,94	16,65	8,78	181,38	93,13	5,99	5,12
520/04	Пюре картофельное	130	110	2,45	2,07	3,95	3,34	10,78	9,12	88,48	74,87	28,07	23,75
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		
	Итого стоимость питания в день	146,5 руб.	116,32 руб.										
	Итого			337,28	275,82	303,54	250,02	1 266,1	1 038,0	9 145,54	7 505,39	455,38	378,64

	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
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:			270,30	210,80	300,85	235,05	1 306,1	1 015,8	9145,55	7005,00	250,40	226,85
В среднем в день:			54,06	42,16	60,17	47,01	261,21	203,16	1 829,11	1 401,00	50,08	45,37