

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 20.06.2022г. по 24.06.2022 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. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли			Дет. сад	Ясли								
<b>Пн, 20 июня 22</b>												52,39	44,43	61,1	51,2	252,35	206,41	1 768,89	1 464,15	48,2	36,98
<b>Завтрак</b>												9,47	7,77	11,66	10,40	51,11	39,56	347,33	282,97	2,59	1,95
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	3,74	3,00	5,91	5,62	15,49	10,35	130,13	104,00	0,04	0,04								
510/04	Каша гречневая вязкая	180	150	5,57	4,65	5,70	4,75	29,83	24,86	192,97	160,80										
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>												27,33	21,95	32,47	24,67	110,07	89,31	841,81	667,07	39,01	29,63
ТТК-359н	Винегрет из овощей	50	40	1,27	1,01	3,55	2,84	4,54	3,63	55,22	44,18	7,32	5,86								
133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	7,02	6,45	7,98	7,50	12,12	9,09	148,37	129,67	31,69	23,77								
ТТК-649к	Биточки "Рябушка"	75	50	10,56	7,08	16,52	10,78	13,20	8,85	243,68	160,72										
516/04	Макаронные изделия отварные	130	100	4,64	3,57	3,78	2,91	31,67	24,36	179,30	137,92										
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>												5,22	5,22	6,74	6,74	23,54	23,54	175,69	175,69	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								
ТТК-814	Булочка домашняя	30	30	2,16	2,16	4,10	4,10	18,48	18,48	119,46	119,46										
<b>Ужин</b>												9,52	8,84	10,23	9,39	50,46	40,87	331,98	283,30	1,15	0,91
340/04	Омлет натуральный	53	53	5,06	5,06	6,39	6,39	0,75	0,75	80,75	80,75	0,19	0,19								
510/04	Каша ячневая вязкая	130	100	2,84	2,19	3,66	2,82	18,29	14,07	117,47	90,36										
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										
<b>Итого стоимость питания в день</b>		126,79 руб.	100,66 руб.																		
<b>Вт, 21 июня 22</b>												71,96	53,96	63,89	50,61	228,64	180,12	1 777,49	1 391,67	116,21	84,43
<b>Завтрак</b>												10,96	8,27	11,25	9,96	68,26	52,57	418,20	332,93	2,22	1,75
2/04	Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	2,27	1,53	4,49	4,20	21,35	16,21	134,93	108,80	0,10	0,10								
311/04	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								
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								
<b>Второй завтрак</b>												3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
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								
<b>Обед</b>												21,30	16,64	34,28	26,48	89,80	74,00	752,91	600,83	98,99	72,92
52/11	Салат из отварной свеклы	50	40	0,91	0,73	3,06	2,45	5,33	4,27	52,49	41,99	6,06	4,85								
135/04	Суп из овощей со сметаной	200/5	150/5	2,09	1,60	3,80	3,04	8,58	6,48	76,91	59,69	27,79	20,85								
ттк-393к	Запеканка картофельная с мясом "По- домашнему" с маслом	180/5	130/5	14,32	10,36	26,76	20,34	23,58	17,05	392,46	292,71	58,74	42,42								

ТТК-950	Напиток "Лимонный"	200	150	0,14	0,11	0,02	0,01	24,43	18,32	98,45	73,84	6,40	4,80		
	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>						33,58	22,93	13,08	8,89	61,19	44,16	496,87	348,40	12,79	7,55
	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-1019	Сырники "Домашние" из творога с соусом сметанным "Сластёна"	150/15	100/15	31,38	20,98	12,37	8,39	35,39	24,13	378,47	255,98	0,69	0,47		
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				
<b>Итого стоимость питания в день</b>		126,79 руб.	100,66 руб.												
<b>Ср, 22 июня 22</b>						50,67	42,43	37,63	32,57	255,13	216,32	1 561,8	1 328,08	78,09	62,56
<b>Завтрак</b>						13,36	10,46	11,42	9,59	57,20	42,90	385,09	299,80	2,58	2,05
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		
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-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>						0,95	0,73			18,33	14,01	77,11	58,97		
	Напиток из сыворотки	170	130	0,95	0,73			18,33	14,01	77,11	58,97				
<b>Обед</b>						20,82	16,92	13,08	11,27	90,77	75,70	563,97	471,81	30,11	22,46
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	1,87	1,44	3,77	3,01	10,97	8,27	85,30	65,96	24,03	18,02		
ТТК-653к	Зразы "Любимые" с сыром	60	60	0,11	0,11	4,15	4,15	0,06	0,06	37,99	37,99	0,01	0,01		
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	100	14,70	11,31	4,32	3,32	32,42	24,94	227,34	174,88				
ТТК-294н	Огурец свежий порциями (доп. гарнир)	15	10	0,12	0,08	0,02	0,01	0,38	0,26	2,16	1,44	1,53	1,02		
ТТК-271н	Компот "Фруктово-ягодный" из свежих яблок	200	150	0,18	0,14	0,18	0,14	19,06	14,29	78,58	58,94	4,54	3,41		
	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>						7,49	7,49	5,08	5,08	51,94	51,94	283,44	283,44	1,67	1,67
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		
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		
<b>Ужин</b>						8,05	6,83	8,05	6,63	36,89	31,77	252,19	214,06	43,73	36,38
151/10	Картофель запечённый в сметанном соусе	180	150	4,88	4,07	6,57	5,47	19,49	16,24	156,58	130,49	42,98	35,82		
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>Чт, 23 июня 22</b>						60,65	46,3	50	39,37	237,66	184,39	1 643,36	1 276,91	15,92	13,49
<b>Завтрак</b>						13,81	9,30	13,56	10,63	66,90	50,08	444,96	333,17	2,10	1,60
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5		3,74		5,91		15,49		130,13		0,04			
1/04	Бутерброд с маслом		20/5		1,53		4,21		10,35		85,37				
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	180	150	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62		
<b>Второй завтрак</b>						3,02	3,02	2,70	2,70	4,32	4,32	53,68	53,68	0,86	0,86
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>						34,94	25,94	22,86	17,60	115,06	87,12	805,79	610,55	8,29	6,39
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>						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>				5,82	4,98	8,24	5,80	46,32	37,81	282,70	223,28	3,30	3,27
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 "Рябиனுшка"	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, 24 июня 22</b>				65,49	53,36	51,54	45,35	248,46	202,01	1 719,64	1 429,4	114,12	86,8
<b>Завтрак</b>				10,55	8,36	12,21	10,56	46,51	34,89	338,12	268,00	2,51	2,00
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	3,74	3,00	5,91	5,62	15,49	10,35	130,13	104,00	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>				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>				14,90	13,34	17,48	15,34	82,33	70,22	546,24	472,17	93,49	72,82
ТТК-637	Салат из свежей капусты с огурцом	50	40	1,01	0,81	2,31	1,85	2,70	2,16	35,63	28,51	31,92	25,53
131/04	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	150/5	2,66	2,03	3,81	3,05	11,98	9,02	92,90	71,61	21,60	16,19
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-272н	Кисель из концентрата полусладкий	200	150	0,10	0,07			21,48	16,11	86,30	64,73	0,96	0,72
	Хлеб "Рябиனுшка"	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>				36,13	27,95	19,21	16,81	97,39	78,71	706,97	577,88	12,67	7,49
	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	200/20	150/20	3,20	3,15	6,41	6,40	24,26	22,99	167,53	162,16	0,10	0,07
	Хлеб "Рябиனுшка"	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>				301,16	240,48	264,16	219,1	1 222,2	989,25	8 471,18	6 890,21	372,54	284,26

	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>			270,1	210,2	300,8	235,7	1305,4	1016,2	9035,8	7083,3	250,3	226,0
<b>В среднем в день:</b>			54,01	42,04	60,16	47,14	261,07	203,24	1 807,15	1 416,66	50,06	45,19