

11 группа: сады № 28, 30, 34, 40, 50, 50(ф), 51, 52, 54, 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
 18 группа: сады № 8, 9, 16, 27, 62, 65, 66, 82, 86, 108, 109, 118

УТВЕРЖДАЮ:

Главный специалист отдела
дошкольного образования



Фатхуллина Г.А.

2,4 группа

НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ С 12.11.18г по 16.11.18г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Цена		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
						Белки		Жиры		Углеводы					
№ рец.	<u>ПОНЕДЕЛЬНИК 12 /11</u>	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
	<u>Завтрак</u>														
3./04	Батон с маслом с сыром	20/5/5	20/5/5	6,76	6,76	2,93	2,93	6,05	6,05	10,40	10,40	107,77	107,77	0,14	0,14
517./04	Макароноты отварные с овощами (без перца)	200	150	9,24	6,93	5,19	3,89	4,79	3,59	37,80	28,35	215,00	161,25	0,00	0,00
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,57	0,43	0,18	0,13	0,00	0,00	4,78	3,58	19,90	14,92	0,04	0,03
	Итого			16,57	14,12	8,30	6,95	10,84	9,64	52,98	42,33	342,67	283,94	0,18	0,17
	<u>2 Завтрак</u>														
707./04	Сок разливной	170	170	4,94	4,94	0,00	0,00	0,00	0,00	10,20	10,20	40,80	40,80	3,40	3,40
	Итого			4,94	4,94	0,00	0,00	0,00	0,00	10,20	10,20	40,80	40,80	3,40	3,40
	<u>Обед</u>														
ТТК-62	Салат из отварной свеклы	60	50	1,40	1,17	0,60	0,50	3,60	3,00	4,80	4,00	54,00	45,00	5,17	4,31
124/04	Щи из свежей капусты с карт. со смет.	200/5	150/5	4,50	3,60	1,74	1,34	4,19	3,33	8,16	6,16	77,30	60,00	14,81	11,12
ТТК-450	Биточки "Камская"	75	75	19,89	19,89	10,00	10,00	3,00	3,00	6,00	6,00	90,00	90,00	0,35	0,35
216./04	Картофель тушеный	150	130	9,28	8,04	3,15	2,73	9,60	8,32	27,71	24,02	209,81	181,84	10,92	9,46
ТТК-305	Какао с молоком	180	150	6,10	5,09	2,95	2,46	3,24	2,70	22,82	19,02	132,26	110,22	1,43	1,20
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,17	1,17	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,20	1,93	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			44,54	40,89	21,29	19,47	24,49	20,16	104,37	87,47	719,45	544,38	27,68	26,44
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое	180	180	10,36	10,36	5,31	5,31	4,50	4,50	8,91	8,91	97,38	97,38	2,46	2,46
	Итого			10,36	10,36	5,31	5,31	4,50	4,50	8,91	8,91	97,38	97,38	2,46	2,46
	<u>Ужин</u>														
390./04	Котлеты рыбные "Любительские"	75	75	19,68	19,68	9,90	9,90	4,20	4,20	4,65	4,65	94,90	94,90	2,10	2,10
510./04	Каша рисовая вязкая	130	130	3,57	3,57	1,95	1,95	5,07	5,07	19,89	19,89	132,99	132,99	0,00	0,00
ТТК-317	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов	200	150	1,69	1,27	0,60	0,45	0,00	0,00	31,40	23,55	124,00	93,00	0,45	0,34
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,17	1,17	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			26,11	25,69	14,05	13,90	9,67	9,67	65,94	58,09	405,89	374,89	2,55	2,44
	Итого за день			102,52	96,00	48,95	45,63	49,50	43,97	242,40	207,00	1606,19	1341,39	36,27	34,91

	ВТОРНИК 13 /11														
	<u>Завтрак</u>														
1./04	Батон с маслом	20/5	20/5	4,11	4,11	1,63	1,63	4,70	4,70	10,40	10,40	90,42	90,42	0,00	0,00
161./04	Суп молочный с пшеном	200	150	7,16	5,37	5,76	4,32	6,64	4,98	19,28	14,46	160,00	120,00	0,90	0,67
395/10	Кофейный напиток с молоком	180	150	6,05	4,87	2,85	2,34	2,41	2,00	14,36	10,63	91,00	70,00	1,17	0,98
	Итого			17,32	14,35	10,24	8,29	13,75	11,68	44,04	35,49	341,42	280,42	2,07	1,65
	<u>2 Завтрак</u>														
707./04	Сок разливной	170	170	4,94	4,94	0,00	0,00	0,00	0,00	10,20	10,20	40,80	40,80	3,40	3,40
	Итого			4,94	4,94	0,00	0,00	0,00	0,00	10,20	10,20	40,80	40,80	3,40	3,40
	<u>Обед</u>														
78./04	Икра морковная	60	50	2,21	1,84	1,32	1,10	4,56	3,80	6,84	5,70	76,80	64,00	7,68	6,40
133./04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	13,77	12,52	6,34	5,78	7,75	7,15	16,40	12,30	161,00	137,00	8,10	6,30
ТТК-331	Котлеты "Любимые"	75	75	14,57	14,57	9,26	9,26	8,04	8,04	1,27	1,27	175,08	175,08	0,50	0,50
510./04	Каша гречневая вязкая	130	130	3,16	3,16	3,90	3,90	5,85	5,85	19,37	19,37	145,73	145,73	0,00	0,00
ТТК-315	Компот "Фруктовый" из кураги	200	150	3,30	2,48	1,20	0,90	0,00	0,00	31,60	23,70	126,00	94,50	0,00	0,00
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,17	1,17	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,20	1,93	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			40,38	37,67	21,87	20,38	27,06	20,55	106,36	90,61	840,69	673,63	16,28	13,20
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое	180	180	10,36	10,36	5,31	5,31	4,50	4,50	8,91	8,91	97,38	97,38	2,46	2,46
	Итого			10,36	10,36	5,31	5,31	4,50	4,50	8,91	8,91	97,38	97,38	2,46	2,46
	<u>Ужин</u>														
	Десерт фруктовый "Яблоко"	149	147	6,97	6,88	0,59	0,58	0,00	0,00	14,41	14,22	55,88	55,13	23,53	23,21
ТТК-967	Пудинг из творога с бананами с соус сметанн "Сластена"	150/30	100/30	47,16	32,27	20,23	13,49	20,25	13,50	23,40	15,60	356,77	237,86	2,9	1,9
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,57	0,43	0,18	0,13	0,00	0,00	4,78	3,58	19,90	14,92	0,04	0,03
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,17	1,17	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			55,87	40,75	22,60	15,80	20,65	13,90	52,59	43,40	486,55	361,91	26,47	25,14
	Итого за день			128,87	108,07	60,02	49,78	65,96	50,63	222,10	188,61	1806,84	1454,14	50,68	45,85
	СРЕДА 14 /11														
	<u>Завтрак</u>														
3./04	Батон с маслом с сыром	20/5/5	20/5/5	6,76	6,76	2,93	2,93	6,05	6,05	10,40	10,40	107,77	107,77	0,14	0,14
ТТК-981	Каша молочная "5 злаков" (вязкая) с маслом	200/3	150/3	11,88	9,29	8,35	6,26	8,29	6,84	33,75	25,36	243,40	188,17	1,60	1,20
ТТК-305	Какао с молоком	180	150	6,10	5,09	2,95	2,46	3,24	2,70	22,82	19,02	132,26	110,22	1,43	1,20
	Итого			24,74	21,14	14,23	11,65	17,58	15,59	66,97	54,78	483,43	406,16	3,17	2,54
	<u>2 Завтрак</u>														
698./04	Кефир	160	150	13,18	12,36	4,80	4,50	4,01	3,76	6,40	6,00	80,81	75,76	3,20	3,00
	Итого			13,18	12,36	4,80	4,50	4,01	3,76	6,40	6,00	80,81	75,76	3,20	3,00
	<u>Обед</u>														
ТТК-130	Салат "Метелка"	60	50	1,53	1,28	0,60	0,50	2,40	2,00	4,80	4,00	42,00	35,00	4,32	3,60

139/04	Суп карт. с бобовыми (горох) на мясокостн бульоне	200	150	3,80	2,85	4,96	3,72	4,48	3,36	17,84	13,38	131,52	98,64	4,60	3,45
437/04	Гуляш из говядины	50/50	50/50	35,27	35,27	13,90	13,90	6,50	6,50	4,00	4,00	132,00	132,00	0,06	0,06
510/04	Каша ячневая вязкая	130	100	2,92	2,24	2,73	2,10	5,20	4,00	18,46	14,20	131,56	101,20	0,00	0,00
ТТК-377	Компот вишневый	200	150	4,61	3,46	0,40	0,30	0,00	0,00	46,60	34,95	188,00	141,00	2,58	1,93
	Хлеб "Рябиноушка"	1/20	1/20	1,17	1,17	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,20	1,93	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			51,50	48,20	22,44	20,96	19,44	16,67	122,58	98,80	781,16	565,16	11,56	9,04
	<u>Полдник</u>														
697/04	Молоко кипяченое	180	180	10,36	10,36	5,31	5,31	4,50	4,50	8,91	8,91	97,38	97,38	2,46	2,46
ТТК-814	Булочка "Домашняя"	30	30	1,12	1,12	2,24	2,24	3,93	3,93	18,27	18,27	117,63	117,63	0,00	0,00
	Итого			11,48	11,48	7,55	7,55	8,43	8,43	27,18	27,18	215,01	215,01	2,46	2,46
	<u>Ужин</u>														
ТТК-734	Биточки рыбные "Морячка"	75	75	13,93	13,93	15,77	15,77	2,76	2,76	7,30	7,30	117,00	117,00	2,29	2,29
520/04	Картофельное пюре	150	150	6,06	6,06	3,00	3,00	4,80	4,80	20,40	20,40	140,00	140,00	18,10	18,10
ТТК-475	Чай полусладкий с мармеладом	200/17	-	2,48		0,18	0,00	0,00	0,00	16,93	0,00	69,40	0,00	0,04	0,00
ТТК-475	Чай полусладкий	-	150		0,43	0,00	0,13	0,00	0,00	0,00	3,58	0,00	14,92	0,00	0,03
	Хлеб "Рябиноушка"	1/20	1/20	1,17	1,17	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			23,64	21,59	20,55	20,50	7,96	7,96	54,63	41,28	380,40	325,92	20,43	20,42
	Итого за день			124,54	114,77	69,57	65,16	57,42	52,41	277,76	228,04	1940,81	1588,01	40,82	37,46
	ЧЕТВЕРГ 15 /11														
	<u>Завтрак</u>														
1./04	Батон с маслом	20/5	20/5	4,11	4,11	1,63	1,63	4,70	4,70	10,40	10,40	90,42	90,42	0,00	0,00
161./04	Суп молочный с крупой "Геркулес"	200	150	7,58	5,68	4,38	3,29	7,66	5,75	12,21	9,16	123,66	92,75	1,00	0,75
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,57	0,43	0,18	0,13	0,00	0,00	4,78	3,58	19,90	14,92	0,04	0,03
	Итого			12,26	10,22	6,19	5,05	12,36	10,45	27,39	23,14	233,98	198,09	1,04	0,78
	<u>2 Завтрак</u>														
707./04	Сок разливной	160	160	4,65	4,65	0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	9,60	38,40	38,40	3,20	3,20
	Итого			4,65	4,65	0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	9,60	38,40	38,40	3,20	3,20
	<u>Обед</u>														
ТТК-129	Салат "Здоровье"	60	50	2,75	2,29	0,79	0,66	8,42	7,02	3,73	3,11	93,94	78,28	3,86	3,22
148./04	Суп -лапша по-домашнему с мясными фрикадельками	200/25	150/25	14,07	12,88	7,64	5,94	7,74	6,02	11,42	8,88	148,00	115,11	0,65	0,51
ТТК-393	Голубцы "Ленивые" с соусом смет с томат	200	150	29,07	21,78	13,50	10,15	11,57	8,68	25,10	18,85	256,45	192,34	38,10	28,57
ТТК-147	Компот из черной смородины	200	150	2,50	1,88	0,20	0,15	0,00	0,00	21,60	16,20	87,20	65,40	25,80	19,35
	Хлеб "Рябиноушка"	1/20	1/20	1,17	1,17	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,20	1,93	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			51,76	41,93	21,98	20,34	27,59	20,52	100,73	75,31	741,67	508,45	51,41	41,64
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое	180	180	10,36	10,36	5,31	5,31	4,50	4,50	8,91	8,91	97,38	97,38	2,46	2,46
	Итого			10,36	10,36	5,31	5,31	4,50	4,50	8,91	8,91	97,38	97,38	2,46	2,46

	<u>Ужин</u>														
ТТК-956	Салат "Фруктовый коктейль"	100	100	11,40	11,40	0,44	0,44	9,97	9,97	8,17	8,17	34,33	34,33	24,40	24,40
367./04	Галушки из творога отварные с маслом	195/5	145/5	45,39	34,40	27,33	20,33	13,87	11,37	48,79	36,29	429,31	328,81	0,57	0,42
648./04	Кисель	200	150	1,92	1,44	0,00	0,00	0,00	0,00	30,60	22,95	118,00	88,50	0,00	0,00
	Хлеб "Рябиношка"	1/20	1/20	1,17	1,17	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			59,88	48,41	29,37	22,37	24,24	21,74	97,56	77,41	635,64	505,64	24,97	24,82
	Итого за день			138,91	115,57	62,85	53,07	68,69	57,21	244,19	194,37	1747,07	1347,96	83,08	72,90
	<u>ПЯТНИЦА 16 /11</u>														
	<u>Завтрак</u>														
3./04	Батон с маслом с сыром	20/5/5	20/5/5	6,76	6,76	2,93	2,93	6,05	6,05	10,40	10,40	107,77	107,77	0,14	0,14
ТТК-301	Каша молочная "Дружба" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	12,86	10,03	6,82	4,37	7,99	5,99	30,16	24,87	261,83	196,37	1,68	1,26
395/10	Кофейный напиток с молоком	180	150	6,05	4,87	2,85	2,34	2,41	2,00	14,36	10,63	91,00	70,00	1,17	0,98
	Итого			25,67	21,66	12,60	9,64	16,45	14,04	54,92	45,90	460,60	374,14	2,99	2,38
	<u>2 завтрак</u>														
698./04	Кефир	160	140	13,18	11,53	4,80	4,20	4,01	3,51	6,40	5,60	80,81	70,71	3,20	2,80
	Итого			13,18	11,53	4,80	4,20	4,01	3,51	6,40	5,60	80,81	70,71	3,20	2,80
	<u>Обед</u>														
39/10	Салат из моркови с яблоками и курагой	60	50	2,05	1,71	0,78	0,65	3,07	2,56	6,56	5,47	57,06	47,55	2,95	2,46
110./04	Борщ из св. капусты с карт. со сметаной	200/5	150/5	4,72	3,77	1,74	1,34	4,91	3,87	10,64	8,02	93,71	72,27	8,21	6,16
ТТК-650	Котлеты "Челнинские"	75	75	17,50	17,50	9,00	9,00	10,00	10,00	3,00	3,00	139,00	139,00	0,34	0,34
510./04	Каша пшеничная вязкая	130	100	3,19	2,45	3,42	2,63	3,42	2,63	21,01	16,16	128,44	98,80	0,00	0,00
ТТК-911	Напиток "Цитрусовый"	200	150	3,60	2,70	0,12	0,09	0,04	0,03	21,42	16,07	86,44	64,83	5,00	3,75
	Хлеб "Рябиношка"	1/20	1/20	1,17	1,17	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,20	1,93	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			34,43	31,23	19,91	18,15	22,30	19,90	101,51	76,99	660,73	479,77	16,50	12,71
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое с печеньем "Барокко"	180/18	180/18	11,80	11,80	6,75	6,75	7,74	7,74	20,25	20,25	183,78	183,78	2,46	2,46
	Итого			11,80	11,80	6,75	6,75	7,74	7,74	20,25	20,25	183,78	183,78	2,46	2,46
	<u>Ужин</u>														
	Десерт фруктовый "Банан"	149	149	10,73	10,73	2,24	2,24	0,00	0,00	33,38	33,38	142,44	142,44	14,90	14,90
340/04	Омлет натуральный	53	53	6,94	6,94	5,57	5,57	7,15	7,15	0,75	0,75	90,20	90,20	0,15	0,15
344/10	Рагу овощное	180	150	8,94	7,45	3,60	3,00	14,94	12,45	20,70	17,25	231,66	193,05	9,48	7,90
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,57	0,43	0,18	0,13	0,00	0,00	4,78	3,58	19,90	14,92	0,04	0,03
	Хлеб "Рябиношка"	1/20	1/20	1,17	1,17	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			28,35	26,72	13,19	12,54	22,49	20,00	69,61	64,96	538,20	494,61	24,57	22,98
	Итого за день			113,43	102,94	57,25	51,28	72,99	65,19	252,69	213,70	1924,12	1603,01	49,72	43,33

	Цена		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
			Белки		Жиры		Углеводы				С	
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:	608,27	537,35	282,6	219,9	314,6	246,4	1239,1	1031,7	9025,0	7334,5	260,57	234,45
В среднем в день	121,65	107,47	56,53	43,98	62,91	49,28	247,83	206,34	1805,01	1466,90	52,11	46,89

Рекомендуемые нормы физиологических потребностей для детей с 3 до 7 лет в пищевых веществах и энергии согласно СанПиН 2.4.1.3049 - 13 "Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях"

Генеральный директор



В.П. Гусева

Зам. директора по производству и качеству



Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам



Н.В. Журавлева

Зам. начальника производственного отдела



Ю.В. Будилова