


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 24.09.18 г по 28.09.18 г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Цена		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
						Белки		Жиры		Углеводы				С	
№ рец.	<u>ПОНЕДЕЛЬНИК 24.09</u>	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
	<u>Завтрак</u>														
1./04	Батон с маслом	20/5	20/5	4,03	4,03	1,63	1,63	4,70	4,70	10,40	10,40	90,42	90,42	0,00	0,00
510./04	Каша ячневая (вязкая) с сахаром	200	150	4,63	3,47	4,20	3,15	8,00	6,00	34,40	25,80	226,35	169,76	0,00	0,00
648./04	Кисель	200	150	1,88	1,41	0,00	0,00	0,00	0,00	30,60	22,95	118,00	88,50	0,00	0,00
	Итого			10,54	8,91	5,83	4,78	12,70	10,70	75,40	59,15	434,77	348,68	0,00	0,00
	<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>														
ГТК-54	Салат "Бурячок"	60	45	2,74	2,05	0,90	0,68	2,40	1,80	4,80	3,60	44,40	33,30	5,88	4,41
ГТК-425	Суп "Гречишное зёрнышко"	200	150	2,97	2,23	1,98	1,48	2,42	1,81	13,68	10,26	84,42	63,25	6,6	4,9
ГТК-400	Капуста тушеная с мясом	50/150	50/150	38,33	38,33	12,14	12,14	8,96	8,96	9,40	9,40	166,80	166,80	24,50	24,50
ГТК-317	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов	200	150	1,58	1,19	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	1,11	1,11	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	2,09	1,83	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			48,82	46,74	20,47	19,19	14,64	13,38	90,16	75,08	575,70	420,67	32,43	29,15
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое с печеньем "Мона"	180/12	180/12	11,32	11,32	6,27	6,27	6,18	6,18	17,07	17,07	148,98	148,98	2,46	2,46
	Итого			11,32	11,32	6,27	6,27	6,18	6,18	17,07	17,07	148,98	148,98	2,46	2,46
	<u>Ужин</u>														
	Десерт фруктовый "Апельсин"	140	140	15,05	15,05	1,25	1,25	0,00	0,00	11,35	11,35	60,20	60,20	21,47	21,47
388/04	Котлеты рыбные	75	75	22,84	22,84	11,14	11,14	7,03	7,03	6,56	6,56	134,05	134,05	1,68	1,68
520./04	Картофельное пюре	150	150	5,91	5,91	3,00	3,00	4,80	4,80	20,40	20,40	140,00	140,00	18,10	18,10
ГТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,54	0,40	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	1,11	1,11	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			45,45	45,31	17,17	17,12	12,23	12,23	53,09	51,89	408,15	403,17	41,29	41,28
	Итого за день			121,07	117,22	49,74	47,36	45,75	42,49	245,92	213,39	1608,40	1362,30	79,58	76,29

	ВТОРНИК 25.09														
	<u>Завтрак</u>														
3./04	Батон с сыром	20/5	20/5	4,15	4,15	2,90	2,90	1,95	1,95	10,40	10,40	70,75	70,75	0,14	0,14
160./04	Суп молочный с макаронными изделиями (вермишель)	200	150	6,77	5,08	5,60	4,20	5,20	3,90	18,80	14,10	144,40	108,30	0,90	0,67
ТТК-305	Какао с молоком	180	150	5,98	4,98	2,95	2,46	3,24	2,70	22,82	19,02	132,26	110,22	1,43	1,20
	Итого			16,90	14,21	11,45	9,56	10,39	8,55	52,02	43,52	347,41	289,27	2,47	2,01
	<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>														
39/10	Салат из моркови с яблоками и курагой	60	50	2,45	2,04	0,78	0,65	3,07	2,56	6,56	5,47	57,06	47,55	2,95	2,46
131/04	Рассольник "Домашний" с мясными фрикад со сметаной	200/25/5	150/25/5	14,22	13,28	7,30	6,86	7,45	6,55	10,61	8,07	140,02	120,02	9,72	7,36
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	23,92	21,92	37,56	28,17	15,50	11,62	58,98	44,23	525,40	394,05	0,51	0,38
ТТК-377	Компот вишневый	200	150	4,38	3,28	0,40	0,30	0,00	0,00	46,60	34,95	188,00	141,00	2,58	1,93
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,11	1,11	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	2,09	1,83	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			48,17	43,46	43,89	33,42	26,88	21,54	153,63	120,99	1066,56	766,94	15,76	12,13
	<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-974	Запеканка из творога со свеклой и яблоками с соусом молочным сладким	150/30	100/50	41,69	29,43	21,23	14,74	17,35	12,92	27,37	22,22	350,56	264,16	3,50	2,46
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,54	0,40	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	1,11	1,11	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			43,34	30,94	23,01	16,47	17,75	13,32	42,15	35,80	424,46	333,08	3,54	2,49
	Итого за день			123,71	103,91	83,66	64,76	59,52	47,91	266,91	219,42	1976,61	1527,47	27,63	22,49
	СРЕДА 26.09														
	<u>Завтрак</u>														
1./04	Батон с маслом	20/5	20/5	4,03	4,03	1,63	1,63	4,70	4,70	10,40	10,40	90,42	90,42	0,00	0,00
ТТК-180	Каша молочная пшеница с яблоками (вязкая) с маслом	200/3	150/3	15,13	11,49	9,45	7,09	15,67	12,37	44,30	33,23	342,80	262,74	1,65	1,24
395/10	Кофейный напиток с молоком	180	150	5,98	4,82	2,85	2,34	2,41	2,00	14,36	10,63	91,00	70,00	1,17	0,98
	Итого			25,14	20,34	13,93	11,06	22,78	19,07	69,06	54,26	524,22	423,16	2,82	2,22
	<u>2 Завтрак</u>														
698./04	Кефир	150	135	12,36	11,12	4,50	4,05	3,76	3,38	6,00	5,40	75,76	68,18	1,10	0,99
	Итого			12,36	11,12	4,50	4,05	3,76	3,38	6,00	5,40	75,76	68,18	1,10	0,99
	<u>Обед</u>														
	Помидор свежий порционный	50	50	2,90	2,90	0,30	0,30	0,00	0,00	2,10	2,10	9,96	9,96	12,50	12,50

124/04	Щи из свежей капусты с карт. со смет.	200/5	150/5	4,54	3,63	1,74	1,34	4,19	3,33	8,16	6,16	77,30	60,00	14,81	11,12
ТТК-324	Котлеты "Крепыш"	75	75	23,25	23,25	8,25	8,25	13,50	13,50	6,00	6,00	178,00	178,00	0,00	0,00
ТТК-446	Пюре "Янтарное"	130	100	3,40	2,62	27,52	21,17	9,02	6,94	60,74	46,72	434,23	334,02	0,00	0,00
705/04	Напиток из плодов шиповника	200	150	4,39	3,29	0,40	0,30	0,00	0,00	23,60	17,70	94,00	70,50	100,00	75,00
	Хлеб "Рябиноушка"	1/20	1/20	1,11	1,11	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	2,09	1,83	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			41,68	38,63	36,06	28,80	27,57	24,57	131,48	106,95	949,57	716,80	87,31	68,62
	<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 "Груша"	146	141	13,11	12,66	0,58	0,56	0,44	0,42	15,04	14,52	68,62	66,27	7,30	7,05
ТТК-734	Биточки рыбные "Морячка"	75	75	14,39	14,39	15,77	15,77	2,76	2,76	7,30	7,30	117,00	117,00	2,29	2,29
318/10	Картофель отварной	150	150	4,95	4,95	2,88	2,88	4,32	4,32	23,00	23,00	142,35	142,35	21,00	21,00
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,54	0,40	0,18	0,13	0,00	0,00	4,78	3,58	19,90	14,92	0,04	0,03
	Хлеб "Рябиноушка"	1/20	1/20	1,11	1,11	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			34,10	33,51	21,01	20,94	7,92	7,90	60,12	58,40	401,87	394,54	30,63	30,37
	Итого за день			123,64	113,96	80,81	70,16	66,53	59,43	275,57	233,93	2048,80	1700,07	124,32	104,66
	ЧЕТВЕРГ 27.09														
	<u>Завтрак</u>														
1./04	Батон с маслом	20/5	20/5	4,03	4,03	1,63	1,63	4,70	4,70	10,40	10,40	90,42	90,42	0,00	0,00
ТТК-981	Каша молочная "5 злаков" (вязкая) с маслом	200/3	150/3	10,51	8,26	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	5,98	4,98	2,95	2,46	3,24	2,70	22,82	19,02	132,26	110,22	1,43	1,20
	Итого			20,52	17,27	12,93	10,35	16,23	14,24	66,97	54,78	466,08	388,81	3,03	2,40
	<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>														
	Огурец свежий порционный	50	50	2,58	2,58	0,40	0,40	0,00	0,00	1,30	1,30	6,75	6,75	5,00	5,00
142./04	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200/25	150/25	13,21	12,49	6,72	4,61	8,51	4,77	20,31	17,89	140,12	115,50	10,78	10,78
ТТК-393	Голубцы "Ленивые" с соусом смет с томат	200	150	29,51	22,11	15,36	11,52	13,52	10,14	23,52	17,64	277,20	207,90	24,50	18,38
ТТК-317	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов	200	150	1,58	1,19	0,60	0,45	0,00	0,00	31,40	23,55	124,00	93,00	0,45	0,34
	Хлеб "Рябиноушка"	1/20	1/20	1,11	1,11	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	2,09	1,83	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			50,08	41,31	22,93	19,42	22,89	15,72	107,41	88,65	704,15	487,47	35,73	29,49
	<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-967	Пудинг из творога с бананами с соус сметанн "Сластена"	150/30	100/30	48,77	33,33	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	0,54	0,40	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	1,11	1,11	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00	
	Итого			50,42	34,84	22,01	15,22	20,65	13,90	38,18	29,18	430,67	306,78	2,94	1,93	
	Итого за день			136,03	108,43	63,18	50,30	64,27	48,36	231,07	191,12	1736,68	1318,84	47,36	39,48	
	ПЯТНИЦА 28.09															
	<u>Завтрак</u>															
3./04	Батон с сыром	20/5	20/5	4,15	4,15	2,90	2,90	1,95	1,95	10,40	10,40	70,75	70,75	0,14	0,14	
337./04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,69	5,69	5,10	5,10	4,60	4,60	0,30	0,30	63,00	63,00	0,00	0,00	
161./04	Суп молочный с гречневой крупой	200	150	6,71	5,03	4,81	3,60	7,45	5,59	15,10	11,30	135,36	101,50	1,00	0,75	
395/10	Кофейный напиток с молоком	180	150	5,98	4,82	2,85	2,34	2,41	2,00	14,36	10,63	91,00	70,00	1,17	0,98	
	Итого			22,53	19,69	15,66	13,94	16,41	14,14	40,16	32,63	360,11	305,25	2,31	1,87	
	<u>2 завтрак</u>															
698./04	Кефир	150	140	12,36	11,53	4,50	4,20	3,76	3,51	6,00	5,60	75,76	70,71	1,10	1,03	
	Итого			12,36	11,53	4,50	4,20	3,76	3,51	6,00	5,60	75,76	70,71	1,10	1,03	
	<u>Обед</u>															
ТТК-637	Салат "Мечта"	60	50	3,97	3,31	0,90	0,75	3,63	3,03	2,47	2,06	54,70	45,58	10,28	8,57	
135/04	Суп из овощей со сметаной	200/5	150/5	5,20	4,13	1,90	1,46	4,27	3,39	10,08	7,60	86,35	66,75	14,15	10,15	
ТТК-739	Котлеты "Татарские"	75	75	17,57	17,57	9,00	9,00	10,00	10,00	3,00	3,00	139,00	139,00	0,34	0,34	
516./04	Макароны отварные	130	100	3,50	2,69	4,97	3,82	4,41	3,39	27,03	20,79	167,70	129,00	0,00	0,00	
ТТК-147	Компот из черной смородины	200	150	2,38	1,78	0,20	0,15	0,00	0,00	21,60	16,20	87,20	65,40	25,80	19,35	
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,11	1,11	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	2,09	1,83	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00	
	Итого			35,82	32,42	21,82	19,62	23,17	20,61	95,06	77,92	691,03	510,05	45,57	33,41	
	<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	
733/04	Оладьи	50	50	1,14	1,14	3,04	3,04	2,19	2,19	19,54	19,54	110,10	110,10	0,00	0,00	
	Итого			11,50	11,50	8,35	8,35	6,69	6,69	28,45	28,45	207,48	207,48	2,46	2,46	
	<u>Ужин</u>															
	Десерт фруктовый "Яблоко"	140	140	7,62	7,62	0,55	0,55	0,00	0,00	13,55	13,55	52,51	52,51	22,11	22,11	
264./04	Запеканка картофельная с овощами с соусом молочным	170/50	120/50	12,30	9,52	6,12	4,80	16,41	14,00	27,90	20,10	283,77	225,60	13,50	11,20	
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,54	0,40	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	1,11	1,11	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00	
	Итого			21,57	18,65	8,45	7,08	16,81	14,40	56,23	47,23	410,18	347,03	35,65	33,34	
	Итого за день			103,78	93,79	58,78	53,19	66,84	59,35	225,90	191,83	1744,56	1440,52	87,09	72,10	

	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:	608,23	537,31	283,17	220,26	302,91	245,53	1245,4	1049,7	9115,1	7349,2	260,98	236,01
В среднем в день	121,65	107,46	56,63	44,05	60,58	49,11	249,07	209,94	1823,01	1469,84	52,20	47,20

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