

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

УТВЕРЖДАЮ:

Главный специалист отдела
дошкольного образования



Фатхуллина Г. А.

2,4 ГРУППА

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ С 15.03.2021г. ПО 19.03.2021 г.

Стоимость : Для Дет. сад 121,91руб./день; Для Ясли 96,79руб./день;

№ рец	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции		Цена		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
		Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Белки		Жиры		Углеводы		Дет. сад	Ясли	С	
						Дет. сал	Ясли	Дет. сал	Ясли	Дет. сал	Ясли			Дет. сал	Ясли
Пн, 15 марта 21															
Завтрак															
				118.84	80.78	63.24	43.96	53.34	39.73	271.4	211.21	1,818.59	1,378.22	95.08	71.59
				17.34	14.79	9.35	7.65	12.78	11.44	78.21	60.24	465.29	374.54	0.17	0.17
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	8.38	7.51	3.70	2.96	6.45	6.16	16.95	11.81	140.66	114.53	0.17	0.17
510/04	Каша гречневая вязкая	180	150	6.72	5.60	5.55	4.62	6.33	5.28	29.80	24.83	198.41	165.34		
648/04	Кисель из концентрата	200	150	2.24	1.68	0.10	0.07			31.46	23.60	126.22	94.67		
Второй завтрак															
				4.46	3.41	0.85	0.65			17.17	13.13	72.08	55.12	3.40	2.60
707/04	Сок фруктовый разливной	170	130	4.46	3.41	0.85	0.65			17.17	13.13	72.08	55.12	3.40	2.60
Обед															
				55.43	32.95	26.48	16.90	20.21	14.54	86.29	70.97	632.89	482.33	44.74	33.18
ттк-62	Салат из отварной свеклы	50	40	2.23	1.79	0.84	0.67	5.00	4.00	5.35	4.28	69.72	55.77	6.19	4.95
124/04	Щи из св.капусты с картоф. со смет.	200/5	150/5	5.72	4.46	2.22	1.69	4.15	3.30	12.22	9.17	95.12	73.17	35.16	26.35
437/04	Гуляш	50/50.	25/25.	39.28	19.64	16.02	8.01	6.25	3.13	3.78	1.89	135.43	67.72	2.64	1.32
510/04	Каша ячневая вязкая	130	110	3.10	2.62	2.93	2.48	4.12	3.48	20.08	16.99	129.11	109.25		
ТТК №-106н	Напиток "Фруктовый"из сухофруктов (полусладкий)	200	150	1.44	1.08	0.35	0.26			14.83	11.12	60.7	45.53	0.75	0.56
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1.27	1.27	1.52	1.52	0.18	0.18	9.94	9.94	47.46	47.46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2.39	2.09	2.60	2.27	0.51	0.45	20.09	17.58	95.35	83.43		
Полдник															
				12.10	8.49	6.93	4.71	8.35	5.23	20.84	12.51	186.25	115.95	6.75	5.06
697/04	Молоко кипяченое с печеньем сах. в ассорт.	160/26	120/13	12.10	8.49	6.93	4.71	8.35	5.23	20.84	12.51	186.25	115.95	6.75	5.06
Ужин															
				29.51	21.14	19.63	14.05	12.00	8.52	68.89	54.36	462.08	350.28	40.02	30.58
ТТК-734	Биточки рыбные "Морячка"	75	50	17.91	11.94	13.56	9.04	7.37	4.91	6.28	4.19	145.68	97.12	1.97	1.31
520/04	Пюре картофельное	130	100	9.16	7.05	4.35	3.34	4.45	3.43	37.63	28.95	207.98	159.98	37.95	29.19
685/04	Чай с сахаром	200	150	1.17	0.88	0.20	0.15			15.04	11.28	60.96	45.72	0.10	0.08
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1.27	1.27	1.52	1.52	0.18	0.18	9.94	9.94	47.46	47.46		
Вт, 16 марта 21															
Завтрак															
				22.10	19.09	12.55	10.25	14.59	13.03	75.47	64.04	483.35	414.31	7.90	6.25
2/04	Бутерброд с повидлом	30/10/5	30/10/5	6.34	6.34	2.29	2.29	5.00	5.00	22.06	22.06	142.36	142.36	0.05	0.05
311/2004	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	9.34	7.40	7.17	5.38	7.02	5.89	30.49	22.88	213.86	166.01	4.22	3.17
ттк-305	Какао с молоком	180	150	6.42	5.35	3.09	2.58	2.57	2.14	22.92	19.10	127.13	105.94	3.63	3.03
Второй завтрак															
				12.38	8.26	4.86	3.24	1.62	1.08	6.48	4.32	59.94	39.96	1.30	0.86
698/04	Ацидофилин	150	100	12.38	8.26	4.86	3.24	1.62	1.08	6.48	4.32	59.94	39.96	1.30	0.86
Обед															
				37.17	33.64	17.84	16.15	17.64	15.90	85.34	71.77	571.35	494.64	14.78	11.94
45/04	Салат из кваш капусты (б/лука) (сады)	45	36	3.69	2.91	0.47	0.37	2.59	2.00	3.64	2.83	39.73	30.79	11.75	9.28

148/2004	Суп лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	10.26	9.03	8.60	8.03	6.26	5.80	11.79	8.88	137.84	119.79	1.49	1.12
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/30	50/30	13.44	13.44	0.34	0.34	4.00	4.00	1.91	1.91	44.95	44.95	1.54	1.54
510/04	Каша пшеничная вязкая	130	110	3.28	2.77	4.04	3.42	4.10	3.47	22.34	18.91	142.44	120.53		
ТТК - 623	Компот полусладкий из изюма	200	150	2.84	2.13	0.27	0.20			15.63	11.72	63.58	47.69		
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1.27	1.27	1.52	1.52	0.18	0.18	9.94	9.94	47.46	47.46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2.39	2.09	2.60	2.27	0.51	0.45	20.09	17.58	95.35	83.43		
	Полдник			9.75	7.31	4.98	3.73	4.22	3.17	8.36	6.27	91.32	68.49	6.75	5.06
697/04	Молоко кипяченое	160	120	9.75	7.31	4.98	3.73	4.22	3.17	8.36	6.27	91.32	68.49	6.75	5.06
	Ужин			57.63	42.71	21.71	15.24	14.51	10.17	70.86	56.63	500.85	379.02	25.11	23.69
	Десерт фруктовый Яблоко	145	140	11.33	10.94	0.58	0.56			16.39	15.82	67.86	65.52	23.20	22.40
тк-966к	Запеканка из tvor "Гулливвер" с соус.смет."Сластёна	150/15	100/15	44.41	30.03	19.41	13.01	14.33	9.99	39.47	27.08	364.49	250.26	1.81	1.21
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0.62	0.47	0.20	0.15			5.06	3.79	21.04	15.78	0.10	0.08
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1.27	1.27	1.52	1.52	0.18	0.18	9.94	9.94	47.46	47.46		
	Ср, 17 марта 21			100.42	89.56	56.8	48.99	54.93	49.69	278.12	235.35	1,834.02	1,584.45	55.04	44.36
	Завтрак			30.15	25.94	14.45	12.37	17.86	16.54	41.44	29.77	384.39	317.35	7.63	6.02
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	5.24	4.37	2.25	1.51	4.99	4.71	15.46	10.33	115.82	89.69		
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	8.63	8.63	6.10	6.10	5.52	5.52	0.34	0.34	75.41	75.41		
311/04	Каша молочная кукурузная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	9.67	7.65	2.99	2.25	4.99	4.36	11.00	8.26	100.94	81.32	4.03	3.02
395/10	Кофейный напиток с молоком	180	150	6.61	5.29	3.11	2.51	2.36	1.95	14.64	10.84	92.22	70.93	3.60	3.00
	Второй завтрак			4.46	4.20	0.85	0.80			17.17	16.16	72.08	67.84	3.40	3.20
707/04	Сок фруктовый разливной	170	160	4.46	4.20	0.85	0.80			17.17	16.16	72.08	67.84	3.40	3.20
	Обед			33.68	30.67	25.79	22.12	17.70	15.47	120.97	101.85	746.23	635.09	31.00	23.85
ТТК 994	Салат " Пёстрый"	50	40	3.31	2.65	1.96	1.57	2.11	1.69	8.11	6.50	59.25	47.43	5.77	4.62
134/04	Суп крестьянский со сметаной	205	155	3.68	2.99	2.14	1.64	4.94	3.89	12.60	9.49	103.36	79.52	23.39	17.54
ТТК-131	Зразы "Школьные"	60	60	15.85	15.85	2.11	2.11	5.44	5.44	8.57	8.57	91.71	91.71	1.24	1.24
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	4.43	3.75	14.68	12.42	4.52	3.82	36.80	31.13	246.56	208.63		
ТТК-315	Компот "Фруктовый" из кураги	200	150	2.75	2.07	0.78	0.59			24.86	18.64	102.54	76.91	0.60	0.45
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1.27	1.27	1.52	1.52	0.18	0.18	9.94	9.94	47.46	47.46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2.39	2.09	2.60	2.27	0.51	0.45	20.09	17.58	95.35	83.43		
	Полдник			11.30	8.86	7.20	5.95	8.30	7.25	27.69	25.60	214.22	191.39	6.75	5.06
697/04	Молоко кипяченое	160	120	9.75	7.31	4.98	3.73	4.22	3.17	8.36	6.27	91.32	68.49	6.75	5.06
ТТК-814	Булочка домашняя	30	30	1.55	1.55	2.22	2.22	4.08	4.08	19.33	19.33	122.9	122.9		
	Ужин			20.83	19.89	8.51	7.75	11.07	10.43	70.85	61.97	417.1	372.78	6.26	6.23
тк-396	Тефтели из птицы с соусом сметанным с томатом	60/30	60/30	13.19	13.19	2.10	2.10	6.74	6.74	12.30	12.30	118.26	118.26	2.96	2.96
516/04	Макаронные изделия отварные	130	110	4.21	3.56	4.62	3.91	4.15	3.51	33.28	28.16	188.98	159.9		
686/04	Чай с лимоном	200/7	150/7	2.16	1.87	0.27	0.22			15.33	11.57	62.4	47.16	3.30	3.27
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1.27	1.27	1.52	1.52	0.18	0.18	9.94	9.94	47.46	47.46		
	Чт, 18 марта 21			139.83	109.88	60.06	45.57	46.58	38.81	249.2	200.7	1,656.2	1,334.18	83.13	67.2
	Завтрак			23.85	20.04	13.40	10.50	14.35	12.92	73.69	56.28	477.49	383.36	8.02	6.37
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	8.38	7.51	3.70	2.96	6.45	6.16	16.95	11.81	140.66	114.53	0.17	0.17
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	9.05	7.18	6.61	4.96	5.33	4.62	33.82	25.37	209.7	162.89	4.22	3.17
тк-305	Какао с молоком	180	150	6.42	5.35	3.09	2.58	2.57	2.14	22.92	19.10	127.13	105.94	3.63	3.03
	Второй завтрак			11.45	7.63	4.75	3.17	1.58	1.06	6.33	4.22	58.55	39.04	1.27	0.84
698/04	Простокваша	150	100	11.45	7.63	4.75	3.17	1.58	1.06	6.33	4.22	58.55	39.04	1.27	0.84
	Обед			34.13	30.25	12.93	11.20	13.83	12.25	98.39	82.78	569.76	486.14	60.98	49.38
	Огурец соленый порц	15	10	1.46	0.97	0.47	0.31			0.10	0.07	2.26	1.51		
110/04	Борщ с капустой и карт. со сметаной	200/5	150/5	6.18	4.86	2.06	1.58	4.11	3.27	14.43	10.86	102.94	79.16	22.26	16.69
ТТК-227	Биточки "Рябушка"	75	75	12.23	12.23	1.58	1.58	4.58	4.58	1.37	1.37	53.07	53.07	0.02	0.02
520/04	Пюре картофельное	130	110	9.16	7.75	4.35	3.68	4.45	3.77	37.63	31.84	207.98	175.98	37.95	32.11
ТТК №-106н	Напиток "Фруктовый"из сухофруктов (полусладкий)	200	150	1.44	1.08	0.35	0.26			14.83	11.12	60.7	45.53	0.75	0.56

	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1.27	1.27	1.52	1.52	0.18	0.18	9.94	9.94	47.46	47.46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2.39	2.09	2.60	2.27	0.51	0.45	20.09	17.58	95.35	83.43		
	Полдник			9.75	7.31	4.98	3.73	4.22	3.17	8.36	6.27	91.32	68.49	6.75	5.06
697/04	Молоко кипяченое	160	120	9.75	7.31	4.98	3.73	4.22	3.17	8.36	6.27	91.32	68.49	6.75	5.06
	Ужин			60.65	44.65	24.00	16.97	12.60	9.41	62.43	51.15	459.08	357.15	6.11	5.55
	Десерт фруктовый Мандарин	66	62	8.50	7.98	0.07	0.06			12.80	12.03	51.48	48.36	5.28	4.96
28 Пр.№291 от 09	Запеканка "Сладкоежка" с соусом сметанным	150/30	100/50	50.26	34.93	22.21	15.24	12.42	9.23	34.63	25.39	339.1	245.55	0.73	0.51
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0.62	0.47	0.20	0.15			5.06	3.79	21.04	15.78	0.10	0.08
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1.27	1.27	1.52	1.52	0.18	0.18	9.94	9.94	47.46	47.46		
	Пт, 19 марта 21			111.42	92.71	39.05	46.37	35.64	31.52	236.64	197.86	1,423.39	1,260.57	67.76	55.81
	Завтрак			17.34	16.91	9.98	9.13	7.57	7.47	51.52	37.36	314.17	253.14	6.25	4.89
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/10	5.91	8.34	3.68	4.40	2.36	3.56	15.42	10.28	97.62	90.73	0.15	0.31
160/04	Суп молочный с макаронными изд	200	150	7.37	5.53	4.62	3.47	3.96	2.97	18.59	13.94	128.54	96.41	4.00	3.00
ТТК-1024	Чай с сахаром с молоком	200	150	4.06	3.04	1.68	1.26	1.25	0.94	17.51	13.14	88.01	66	2.10	1.58
	Второй завтрак			4.46	3.94	0.85	0.75			17.17	15.15	72.08	63.6	3.40	3.00
707/04	Сок фруктовый разливной	170	150	4.46	3.94	0.85	0.75			17.17	15.15	72.08	63.6	3.40	3.00
	Обед			49.89	37.07	11.39	21.60	12.05	9.80	95.66	82.89	536.59	506.18	27.46	19.94
ТТК-2н	Зеленый горошек порциями	15	10	3.21	2.14	0.72	0.48	0.05	0.03	1.64	1.09	9.84	6.56	2.31	1.54
132/04	Рассольник Ленинград. с фрик. со смет.	200/25/5	150/25/5	16.93	15.49	3.43	2.69	2.78	2.33	24.45	18.45	136.59	105.56	21.37	16.10
7 Приказ № 60 от	Плов "Золотой петушок"	50/100	25/100	23.25	13.95	2.85	14.44	8.53	6.81	23.91	24.11	183.77	215.48	3.78	2.30
ТТК - 623	(А) Компот полусладкий из изюма	200	150	2.84	2.13	0.27	0.20			15.63	11.72	63.58	47.69		
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1.27	1.27	1.52	1.52	0.18	0.18	9.94	9.94	47.46	47.46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2.39	2.09	2.60	2.27	0.51	0.45	20.09	17.58	95.35	83.43		
	Полдник			11.74	8.31	4.98	3.73	4.22	3.16	8.36	6.27	91.32	68.49	6.75	5.06
697/04	Молоко кипяченое с печеньем сах. в ассорт.	160/22	120/11	11.74	8.31	4.98	3.73	4.22	3.16	8.36	6.27	91.32	68.49	6.75	5.06
	Ужин			27.99	26.48	11.85	11.16	11.80	11.09	63.93	56.19	409.23	369.16	23.90	22.92
	Десерт фруктовый Яблоко	145	139	11.33	10.86	0.58	0.56			16.39	15.71	67.86	65.05	23.20	22.24
340/04	Омлет натуральный	53	53	9.37	9.37	5.54	5.54	7.04	7.04	1.04	1.05	89.66	89.68	0.60	0.60
510/04	Каша гречневая вязкая	130	110	4.85	4.10	4.01	3.39	4.58	3.87	21.52	18.21	143.29	121.25		
685/04	Чай с сахаром	200	150	1.17	0.88	0.20	0.15			15.04	11.28	60.96	45.72	0.10	0.08
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1.27	1.27	1.52	1.52	0.18	0.18	9.94	9.94	47.46	47.46		
	Итого			609.54	483.94	281.09	233.5	243.07	203.1	1,281.87	1,048.15	8,439.01	6,953.84	356.85	286.76

	Цена		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
	Дет. сад	Ясли	Белки		Жиры		Углеводы		Дет. сал	Ясли	С	
			Дет. сал	Ясли	Дет. сал	Ясли	Дет. сал	Ясли			Дет. сал	Ясли
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:	609.54	483.94	281.09	233.5	243.07	203.1	1,281.87	1,048.15	8,439.01	6,953.84	356.85	286.76
В среднем в день:	121.91	96.79	54.22	42.70	60.61	47.62	261.37	203.31	1,887.60	1,490.77	50.37	45.35

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	углеводы, г	Витамин С (мг)
3-7 лет	1800	54	60	261	50
до 3 лет	1400	42	47	203	45

Генеральный директор



В.И. Гусева

Зам. директора по производству и качеству



Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам



Н.В. Журавлева

Ведущий инженер-технолог по производству



Л.Р. Загидуллина