

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

"УТВЕРЖДАЮ"  
 Генеральный директор

"СОГЛАСОВАНО"

ООО "Школьное питание"

*В.П. Гусева* — В.П. Гусева

(№ДОУ)

(ФИО руководителя)

(подпись)



**ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ с 11.05.2022г. по 13.05.2022 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>Ср, 11 мая 22</b>													
<b>Завтрак</b>													
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	200/3	150/3	4,67	3,51	6,17	5,17	13,71	10,29	129,09	101,79	2,08	1,56
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	200	150	3,39	2,54	2,80	2,10	16,98	12,74	106,66	80,00	1,30	0,98
<b>Второй завтрак</b>													
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>													
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	1,91	1,47	3,77	3,01	11,19	8,44	86,34	66,74	24,26	18,20
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	25/100	27,43	14,43	11,70	6,60	40,45	26,90	376,85	224,76	3,45	2,30
ТТК-2н	Зеленый горошек порциями	15	10	1,02	0,68	0,08	0,05	2,91	1,94	16,44	10,96	2,22	1,48
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>													
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>													
	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
86/10; соус 356/11	Тефтели мясные с соусом	60/30	60/30	7,82	7,82	12,12	12,12	10,28	10,28	181,51	181,51	2,25	2,25
516/04	Макаронные изделия отварные	130	100	4,64	3,57	3,78	2,91	31,67	24,36	179,30	137,92		
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным	200/18	150/18	2,11	1,92	2,92	2,91	26,26	21,86	139,77	121,27	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		
<b>Итого стоимость питания в день</b>		126,79 руб.	100,66 руб.										
<b>Чт, 12 мая 22</b>													
<b>Завтрак</b>													
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 кукурузная с маслом	200/3	150/3	6,27	4,71	5,17	4,42	39,83	29,88	230,98	178,20	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>													
698/04	Кефир	100	100	3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	0,72	0,72
<b>Обед</b>													
78/04	Икра морковная	50	40	1,07	0,86	4,07	3,25	5,99	4,79	64,82	51,86	6,08	4,87
148/2004	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	8,34	7,78	2,56	2,05	11,27	8,48	101,51	83,48	1,49	1,12
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
534/04	Капуста тушеная	130	130	3,84	3,84	3,52	3,52	15,17	15,17	107,71	107,71	113,98	113,98
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>				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	56,23	56,23	1,37	1,37
		<b>Ужин</b>				9,51	9,46	16,42	16,41	63,60	59,84	440,23	424,88	49,56	49,53
261/2004	Картофельное пюре запеченное с маслом	150/5	150/5	4,61	4,61	10,91	10,91	17,53	17,53	186,80	186,80	186,80	186,80	46,26	46,26
733/04	Оладьи с маслом	50/3	50/3	3,11	3,11	5,27	5,27	20,85	20,85	143,24	143,24	143,24	143,24		
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	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	47,46	47,46		
<b>Итого стоимость питания в день</b>		126,79 руб.	100,66 руб.												
<b>Пт, 13 мая 22</b>						53,09	45,39	64,6	55,41	255,14	210,11	1 814,2	1 520,49	54,9	45,14
<b>Завтрак</b>						9,46	7,76	11,62	10,36	51,11	39,56	346,90	282,54	2,59	1,95
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	3,73	2,99	5,87	5,58	15,49	10,35	129,70	103,57	129,70	103,57	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	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	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	72,08	55,12	4,08	3,12
<b>Обед</b>						28,04	22,92	36,01	28,92	112,85	93,00	887,58	723,87	45,71	37,79
ТТК-359н	Винегрет из овощей (без лука)	91	91	1,98	1,98	7,09	7,09	7,32	7,32	100,98	100,98	100,98	100,98	14,02	14,02
133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	7,02	6,45	7,98	7,50	12,12	9,09	148,38	129,67	148,38	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	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	179,30	137,92		
ТТК-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из изюма	200	150					20,66	15,50	82,64	61,98	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	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	85,14	85,14		
<b>Полдник</b>						5,22	5,22	6,74	6,74	23,55	23,55	175,66	175,66	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	56,23	56,23	1,37	1,37
ТТК-814	Булочка домашняя	30	30	2,16	2,16	4,10	4,10	18,49	18,49	119,43	119,43	119,43	119,43		
<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	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	117,47	90,36		
ТТК-272н	Кисель из концентрата полусладкий	200	150	0,10	0,07			21,48	16,11	86,30	64,73	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	47,46	47,46		
<b>Итого стоимость питания в день</b>		126,79 руб.	100,66 руб.												
<b>Итого</b>						175,5	142	175,13	148,27	746,25	612,71	5 263,14	4 352,97	288,4	260,48

	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				
<b>ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:</b>			163,41	126,21	180,45	141,96	783,24	610,35	5410,05	4256,58	150,18	135,54
<b>В среднем в день:</b>			54,47	42,07	60,15	47,32	261,08	203,45	1 803,35	1 418,86	50,06	45,18

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	Витамины С мг
3-7 лет	1800	54	60	261	50
до 3 лет	1400	42	47	203	45

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

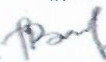
Ведущий инженер-технолог по производству



Г.Н. Мартынова



Н.В. Журавлева



Л. Р. Загидуллина