

- 2,4 группа
- 11 группа: сады № 28, 30, 34, 40, 50, 51, 52, 54, 69, 70, 93, 103, 110, 118
- 12 группа: сады № 7, 12, 14, 18, 21, 29, 31, 35, 39, 46, 97, 108, 115, 27
- 14 группа: сады № 10, 17, 17Ф, 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, 132

"УТВЕРЖДАЮ"  
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"  
Р.И.Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

(ИДПОУ)

(ФИО руководителя)

(подпись)

**ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ с 10.03.2026г. по 13.03.2026г.**

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.						Энергетическая ценность, ккал		Витамины, мг			
		Дет. сад	Ясли	Белки		Жиры		Углеводы		Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли		
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли						
<b>Вт, 10 марта 26</b>															
<b>Завтрак</b>															
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	0	12,58	9,64	9,29	7,81	56,63	41,50	360,50	274,87	2,10	1,58		
311/04	Каша молочная пшенная с маслом	200/31	150/3	3,38	2,73	1,98	1,78	11,70	7,80	78,13	58,13	0,04	0,04		
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	9	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56		
<b>Второй завтрак</b>															
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40		
<b>Обед</b>															
ТТК-357н	Салат "Капуста квашеная" (б/лука)	50	40	0,90	0,72	2,78	2,22	4,27	3,42	45,66	36,53	15,00	12,00		
ТТК -451	Суп картофельный клецками с мякотью птицы	200/15	150/10	9,15	6,38	8,62	6,04	17,46	13,10	184,04	149,44	3,06	3,06		
ТТК-550н	Митболы из говядины в соусе томатном	60/50	60/50	6,44	6,44	8,48	8,48	11,83	11,83	149,44	149,44	3,06	3,06		
510/04	Каша перловая вязкая	130	110	2,64	2,24	3,61	3,05	20,66	17,48	125,69	106,35				
ТТК-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из изюма	200	3	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40		
	Хлеб "Рябиночка"	1/20	4	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	130	6	3,98	3,06	3,43	2,64	6,58	5,06	73,10	56,23	1,78	1,37		
741/04	Ватрушка с творогом	75	1	10,45	10,45	3,95	3,95	32,45	32,45	207,19	207,19	0,14	0,14		
<b>Ужин</b>															
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	140	3	0,56	0,56	0,56	0,56	12,60	12,60	57,68	57,68	14,00	14,00		
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44				
ТТК - 181а	Макаронные отварные	130	7	4,60	3,89	4,30	3,63	31,60	26,74	183,46	155,24				
ТТК-258к	Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка	200	3	0,51	0,38	0,08	0,06	19,38	14,53	80,23	60,17	0,15	0,11		
	Хлеб "Рябиночка"	1/20	4	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46				
<b>Итого стоимость питания в день</b>		177,47 руб.		140,91 руб.		71,58	53,93	66,09	53,58	227,18	188,85	1 789,91	1 453,18	165,74	140,28
<b>Ср, 11 марта 26</b>															
<b>Завтрак</b>															
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	7	8,28	6,27	9,64	8,24	41,45	31,29	285,70	224,28	2,05	1,60		
161/04	Суп молочный с рисом	200	3	2,00	1,35	4,22	4,03	11,77	7,87	93,10	73,11				
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	3	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62		
<b>Второй завтрак</b>															
707/04	Сок фруктовый разливной	100	1	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40		
<b>Обед</b>															
52/11	Салат из свеклы отварной	50	5	0,97	0,78	3,06	2,45	5,68	4,55	54,17	43,34	6,46	5,17		
135/04	Суп из овощей со сметаной	200/106	150/10	2,22	1,73	4,55	3,79	76	6,66	84,90	67,68	27,81	20,87		

ТТК-393к	Запеканка картофельная с мясом "По-домашнему" с маслом	180/5	130/5	14,32	110,36	26,76	20,34	23,58	17,05	392,46	292,71	58,74	42,42
ТТК-503	Напиток "Фруктово-ягодный" ассорти	200	150	0,01	0,01	0,01		16,66	12,50	66,73	50,05	0,20	0,15
	Хлеб "Рябинushка"	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		
	Полдник			4,54	3,93	4,05	3,51	6,48	5,62	80,51	69,78	1,30	1,12
698/04	Ацидофилин	150	130	4,54	3,93	4,05	3,51	6,48	5,62	80,51	69,78	1,30	1,12
	Ужин	7		36,90	426,51	17,38	14,61	86,59	73,20	650,44	530,34	66,78	66,55
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	110	110	0,99	0,99			9,24	9,24	40,92	40,92		
ТТК-1019	Сырники "Домашние" из творога с соусом сметанным "Сластена"	150/15	100/30	31,38	821,18	12,37	9,62	35,39	26,40	378,47	276,88	0,69	0,48
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным	200/15	150/15	3,01	2,82	4,83	4,81	32,02	27,62	183,59	165,08	0,09	0,07
	Хлеб "Рябинushка"	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>	<b>177,47 руб.</b>	<b>140,91 руб.</b>										
	<b>Чт, 12 марта 26</b>			67,37	858,85	60,6	52,94	229,2	195,51	1 731,65	1 493,8	48,97	38,07
	Завтрак	4		13,06	1710,25	11,16	9,42	53,48	40,42	366,63	287,47	2,58	2,05
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	3,38	2,73	1,98	1,78	11,70	7,80	78,13	58,13	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
	Второй завтрак	1		0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
	Обед	8		31,31	1727,18	22,64	18,23	103,77	89,23	744,03	629,67	41,72	31,79
ТТК-359н	Винегрет из овощей (без лука)	50	40	1,08	0,86	3,89	3,12	4,27	3,41	56,43	45,15	10,00	8,00
133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	150/25	2,26	1,69	1,92	1,44	12,12	9,09	74,83	56,11	31,69	23,77
ТТК-101н	Котлеты "Любимые"	76	50	8,93	7,98	11,85	9,36	7,65	6,84	172,91	143,50		
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	120	110	14,70	12,44	4,32	3,65	32,42	27,44	227,34	192,37		
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 "Рябинushка"	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		
	Полдник			3,98	3,06	3,43	2,64	6,58	5,06	73,10	56,23	1,78	1,37
697/04	Молоко кипяченое	130	100	3,98	3,06	3,43	2,64	6,58	5,06	73,10	56,23	1,78	1,37
	Ужин	5		18,52	17,86	23,37	22,65	55,27	50,70	505,49	478,03	0,49	0,46
340/04	Омлет натуральный	105	105	10,12	10,12	12,78	12,78	1,51	1,51	161,50	161,50	0,39	0,39
ТТК-187а	Каша гречневая вязкая	130	110	3,98	3,37	4,64	3,93	21,48	18,18	143,60	121,51		
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/18	150/18	2,90	2,85	5,77	5,76	22,34	21,07	152,93	147,56	0,10	0,07
	Хлеб "Рябинushка"	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>	<b>177,47 руб.</b>	<b>140,91 руб.</b>										
	<b>Пт, 13 марта 26</b>			75,19	080,13	66,88	54,21	274,23	231,39	1 999,57	1 654,02	122,94	92,38
	Завтрак	5		10,79	11 8,16	11,03	9,82	71,40	55,23	428,13	341,91	2,16	1,70
2/04	Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	2,00	1,35	4,22	4,03	17,63	13,73	116,54	96,54	0,10	0,10
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
	Второй завтрак	1		0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
707/04	Сок фруктовый разливной	100	100	0,50	0,50			10,10	10,10	42,40	42,40	2,40	2,40
	Обед	8		37,34	1730,68	16,39	13,01	102,60	88,13	707,20	592,37	28,44	21,91
ТТК 994	Салат "Вострый"	50	40	1,93	1,54	2,22	1,77	8,33	6,67	60,98	48,82	5,23	4,19
132/04	Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	150/5	2,83	2,06	4,56	3,05	11,66	8,65	99,05	70,29	21,77	16,32
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	40/50	23,64	18,98	4,60	3,86	3,79	3,70	151,08	125,43	1,29	1,29
ТТК - 181а	Макаронные отварные	120	110	4,59	3,88	4,29	3,63	31,56	26,70	183,26	155,06		
ТТК-258к	Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка	200	150	0,51	0,38	0,08	0,06	19,38	14,53	80,23	60,17	0,15	0,11
	Хлеб "Рябинushка"	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		
	Полдник	9		8,00	7,38	16,64	15,40	15	34,31	322,37	305,39	0,46	0,40

698/04	Ряженка	150	130	4,64	4,02	9,27	8,03	6,33	5,49	127,31	110,33	0,46	0,40
470/10	Булочка дорожная	50	50	3,36	3,36	7,37	7,37	28,82	28,82	195,06	195,06		
Ужин				18,56	13,41	22,82	15,98	54,98	43,62	499,47	371,95	89,48	65,97
ТТК-650	Котлеты "Челнинские"	75	50	12,09	8,06	17,09	11,42	9,30	6,20	239,33	159,79	0,56	0,37
520/04	Пюре картофельное	75	75	1,65	1,65	2,30	2,30	7,52	7,52	57,38	57,38	19,91	19,91
534/04	Капуста тушеная	55	35	1,63	1,03	1,49	0,95	6,42	4,08	45,57	29,00	48,22	30,69
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 "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
Итого стоимость питания в день		177,47 руб.	140,91 руб.										
Итого				277,33	228,05	244,53	205,03	1 012,7	857,88	7 360,66	6 188,9	391,86	317,02

	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				
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:			217,32	168,04	240,52	189,04	1044,6	813,64	7360,68	5828,92	201,12	181,04
В среднем в день:			54,33	42,01	60,13	47,26	261,16	203,41	1 840,17	1 457,23	50,28	45,26

За  
Эк  
Ве

*Олея* *Александрова*

Г. Н. Фазуллина  
Л.Р. Минянова  
Л. Р. Загидуллина

*Л.Р.*