

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

 Р.И.Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

(№ДОУ)

(ФИО руководителя)

(подпись)



ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСК с 20.04.2026г. по 24.04.2026 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. сал | Ясли | Дет. сал | Ясли | Дет. сал | Ясли | | | Дет. сал | Ясли |
| Пн, 20 апреля 26 | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| 3/04 | Бутерброд с сыром | 30/5 | 20/5 | 2.40 | 1.60 | 0.90 | 0.60 | 15.30 | 10.20 | 78.90 | 52.60 | | |
| 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-437 | Чай полусладкий с молоком | 200 | 150 | 1.65 | 1.24 | 1.30 | 0.98 | 7.46 | 5.59 | 48.15 | 36.11 | 0.75 | 0.56 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| 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 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | |
| 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 |
| 148/04 | Суп-лапша домашняя с мякотью птицы | 200/15 | 150/15 | 8.00 | 7.46 | 7.18 | 6.66 | 10.85 | 8.14 | 140.01 | 122.36 | 1.93 | 1.63 |
| Ю Пр.№321 от 07. | Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным | 50/30 | 50/30 | 4.23 | 4.23 | 6.72 | 6.72 | 4.20 | 4.20 | 94.18 | 94.18 | 1.57 | 1.57 |
| 520/04 | Пюре картофельное | 130 | 110 | 2.86 | 2.42 | 4.26 | 3.60 | 19.17 | 16.22 | 126.47 | 107.01 | 22.51 | 19.04 |
| 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 белый | 1/20 | 1/20 | 1.62 | 1.62 | 0.20 | 0.20 | 9.76 | 9.76 | 47.32 | 47.32 | | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | | | | |
| 337/04 | Яйцо вареное | 1 шт | 1 шт | 5.52 | 5.52 | 5.04 | 5.04 | | | 67.44 | 67.44 | | |
| 510/04 | Каша гречневая вязкая | 130 | 110 | 4.03 | 3.41 | 4.12 | 3.49 | 21.54 | 18.23 | 139.36 | 117.92 | | |
| ТТК-253к | Чай "Витаминный" полусладкий | 200 | 150 | 0.78 | 0.58 | 0.13 | 0.10 | 17.55 | 13.16 | 74.47 | 55.85 | 0.25 | 0.19 |
| ТТК-458 | Ватрушка с повидлом | 75 | 75 | 4.43 | 4.43 | 2.44 | 2.44 | 46.88 | 46.88 | 227.21 | 227.21 | 0.30 | 0.30 |
| | Хлеб белый | 1/20 | 1/20 | 1.62 | 1.62 | 0.20 | 0.20 | 9.76 | 9.76 | 47.32 | 47.32 | | |
| | Хлеб "Дарницкий" | 44.6 | 36.25 | 2.94 | 2.39 | 0.49 | 0.40 | 18.29 | 14.86 | 89.33 | 72.61 | | |
| Итого стоимость питания в день | | 177.47 руб. | 140.91 руб. | | | | | | | | | | |
| Вт, 21 апреля 26 | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| 3/04 | Бутерброд с маслом с сыром | 30/5/5 | 20/5/5 | 3.88 | 1.65 | 5.90 | 4.22 | 15.37 | 10.27 | 130.13 | 85.70 | 0.04 | |
| 161/04 | Суп молочный с рисом | 200 | 150 | 3.76 | 2.82 | 3.78 | 2.84 | 15.74 | 11.80 | 111.99 | 84.00 | 1.30 | 0.98 |
| 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 | | | | | | | | | | | | | |
| 698/04 | Простокваша | 100 | 100 | 3.06 | 3.06 | 2.64 | 2.64 | 4.33 | 4.33 | 53.28 | 53.28 | 0.84 | 0.84 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | |
| ТТК-359н | Винегрет из овощей (без лука) | 50 | 40 | 1.08 | 0.86 | 3.90 | 3.12 | 4.27 | 3.41 | 56.47 | 45.17 | 10.00 | 8.00 |
| 124/04 | Щи из св кап с карт.с мясн фрик.Останкин.со сметаной | 200/25/10 | 150/25/5 | 7.92 | 7.38 | 9.52 | 8.36 | 8.44 | 6.34 | 151.13 | 130.15 | 37.11 | 27.98 |
| ТТК-101н | Котлеты "Любимые" | 75 | 50 | 8.93 | 7.98 | 11.85 | 9.36 | 7.65 | 6.84 | 172.91 | 143.50 | | |

| Пт. 24 апреля 26 | | | | 66.96 | 49.55 | 38.83 | 32.33 | 227.85 | 187.77 | 1,528.71 | 1,240.2 | 38.7 | 30.66 |
|---------------------------------------|---------------------------------------|-------------|-------------|--------|--------|--------|--------|---------|--------|----------|----------|--------|--------|
| Завтрак | | | | 13.87 | 10.81 | 12.19 | 10.35 | 69.31 | 51.93 | 442.43 | 344.05 | 2.07 | 1.62 |
| 3/04 | Бутерброд с сыром | 30/5 | 20/5 | 3.83 | 3.03 | 2.28 | 1.98 | 15.30 | 10.20 | 97.03 | 70.73 | 0.04 | 0.04 |
| 302/04 | Каша молочная ячневая с маслом | 200/3 | 150/3 | 7.32 | 5.51 | 5.21 | 4.46 | 39.70 | 29.80 | 235.01 | 181.33 | 1.28 | 0.96 |
| ТТК-343н | Кофейный напиток полусладкий | 180 | 150 | 2.72 | 2.27 | 4.70 | 3.91 | 14.31 | 11.93 | 110.39 | 91.99 | 0.75 | 0.62 |
| Второй завтрак | | | | 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 | 1.37 | 1.37 |
| Обед | | | | 34.25 | 20.70 | 16.68 | 12.11 | 71.44 | 57.22 | 572.85 | 420.64 | 25.27 | 18.88 |
| 13/2010 | Салат из свежих огурцов | 50 | 40 | 2.47 | 1.98 | 5.04 | 4.03 | 1.16 | 0.93 | 59.91 | 47.92 | 4.64 | 3.71 |
| 133/04 | Суп картофельный с рыбными консервами | 200/25 | 150/25 | 2.05 | 1.54 | 2.13 | 1.59 | 15.98 | 11.98 | 91.23 | 68.42 | 19.28 | 14.46 |
| ТТК-53к | Мякоть птицы тушеная в соусе | 50/50 | 25/25 | 23.62 | 11.81 | 4.59 | 2.30 | 3.68 | 1.84 | 150.56 | 75.30 | 1.20 | 0.60 |
| ТТК-187а | Каша гречневая вязкая | 130 | 110 | 3.98 | 3.37 | 4.64 | 3.93 | 21.48 | 18.18 | 143.60 | 121.51 | | |
| 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 белый | 1/20 | 1/20 | 1.62 | 1.62 | 0.20 | 0.20 | 9.76 | 9.76 | 47.32 | 47.32 | | |
| Уплотненный полдник | | | | 15.78 | 14.98 | 7.32 | 7.23 | 82.04 | 73.56 | 457.20 | 419.28 | 9.99 | 8.79 |
| 337/04 | Яйцо вареное | 1 шт | 1 шт | 5.52 | 5.52 | 5.04 | 5.04 | | | 67.44 | 67.44 | | |
| 687/96 | Пирожки печеные с картофелем | 75 | 75 | 4.70 | 4.70 | 1.59 | 1.59 | 33.79 | 33.79 | 168.31 | 168.31 | 5.19 | 5.19 |
| 707/04 | Сок фруктовый разливной | 200 | 150 | 1.00 | 0.75 | | | 20.20 | 15.15 | 84.80 | 63.60 | 4.80 | 3.60 |
| | Хлеб белый | 1/20 | 1/20 | 1.62 | 1.62 | 0.20 | 0.20 | 9.76 | 9.76 | 47.32 | 47.32 | | |
| | Хлеб "Дарницкий" | 44.6 | 36.25 | 2.94 | 2.39 | 0.49 | 0.40 | 18.29 | 14.86 | 89.33 | 72.61 | | |
| Итого стоимость питания в день | | 177.47 руб. | 140.91 руб. | | | | | | | | | | |
| Итого | | | | 317.67 | 253.37 | 246.25 | 210.67 | 1,141.3 | 942.28 | 8,052.33 | 6,678.69 | 325.39 | 271.84 |

| | 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 | | | Дет. сад | Ясли |
| ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ: | | | 317.67 | 253.37 | 246.25 | 210.67 | 1,141.3 | 942.28 | 8,052.33 | 6,678.69 | 325.39 | 271.84 |
| В среднем в день: | | | 49.53 | 38.67 | 54.25 | 42.13 | 235.27 | 183.46 | 1,610.47 | 1,260.70 | 45.08 | 40.38 |

Зам. Ген. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

Г. Н. Фазуллина

А. Р. Гатина

Л. Р. Загидуллина