

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

 Р.И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"

(№ДОУ)

(ФИО руководителя)

(подпись)



ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 01.06.2026г. по 05.06.2026 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. сад | Ясли | Дет. сад | Ясли | Дет. сад | Ясли | | | Дет. сад | Ясли |
| Пн, 01 июня 26 | | | | 51,4 | 45,83 | 44,86 | 40,68 | 237,18 | 200,86 | 1 558,08 | 1 352,86 | 67,58 | 55,71 |
| Завтрак | | | | 10,68 | 7,82 | 8,86 | 7,12 | 49,26 | 35,67 | 319,55 | 238,05 | 2,12 | 1,59 |
| 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 | | | | 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 | | | | 18,34 | 17,00 | 20,94 | 19,25 | 68,84 | 57,24 | 537,17 | 470,23 | 63,54 | 52,26 |
| ТТК-513н | Салат " Свежесть " | 50 | 40 | 1,13 | 0,90 | 2,56 | 2,05 | 5,43 | 4,35 | 49,27 | 39,42 | 37,50 | 30,00 |
| 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 | | | | 19,32 | 17,95 | 12,42 | 11,67 | 114,02 | 102,89 | 645,13 | 588,35 | 0,55 | 0,49 |
| 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, 02 июня 26 | | | | 80,57 | 64,24 | 64,73 | 53,15 | 214,9 | 178,98 | 1 764,35 | 1 451,2 | 73,62 | 59,25 |
| Завтрак | | | | 10,69 | 7,01 | 12,20 | 9,16 | 46,39 | 34,81 | 338,12 | 249,70 | 2,51 | 1,96 |
| 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 | | | | 3,06 | 3,06 | 2,64 | 2,64 | 4,33 | 4,33 | 53,28 | 53,28 | 0,84 | 0,84 |
| 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 | | | | 38,39 | 33,59 | 29,93 | 24,81 | 101,39 | 84,09 | 828,46 | 694,05 | 49,33 | 37,52 |
| ТТК-359н | Винегрет из овощей | 50 | 40 | 1,28 | 1,03 | 3,55 | 2,84 | 4,63 | 3,70 | 55,63 | 44,50 | 7,42 | 5,94 |
| 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 | | |
| ТТК-446 | Пюре из бобовых "Янтарное" | 130 | 110 | 14,70 | 12,44 | 4,32 | 3,65 | 32,42 | 27,44 | 227,34 | 192,37 | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------------------------------|--|-------------|-------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|----------|----------|-------|-------|
| 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 | | | | |
| Уплотненный полдник | | | | | | 28,43 | 20,58 | 19,96 | 16,54 | 62,79 | 55,75 | 544,49 | 454,17 | 20,94 | 18,93 |
| ТТК-495н | Десерт фруктовый Яблоко | 145 | 145 | 0,58 | 0,58 | 0,58 | 0,58 | 13,05 | 13,05 | 59,74 | 59,74 | 14,50 | 14,50 | | |
| 40/10, соус 351/10 | Пудинг из творога с яблоками с соусом молочным сладким | 150/15 | 100/30 | 24,65 | 16,85 | 12,97 | 9,56 | 25,48 | 19,71 | 317,22 | 232,27 | 6,34 | 4,36 | | |
| ТТК-475 | Чай полусладкий с печеньем сахарным | 200/20 | 150/20 | 3,20 | 3,15 | 6,41 | 6,40 | 24,26 | 22,99 | 167,53 | 162,16 | 0,10 | 0,07 | | |
| | Хлеб белый | 1/20 | 1/20 | | | | | | | | | | | | |
| Итого стоимость питания в день | | 177,47 руб. | 140,91 руб. | | | | | | | | | | | | |
| Ср, 03 июня 26 | | | | | | 53,57 | 43,21 | 43,03 | 36,43 | 214 | 174,43 | 1 457,63 | 1 198,43 | 69,43 | 51,65 |
| Завтрак | | | | | | 11,09 | 8,34 | 7,66 | 6,36 | 62,21 | 46,56 | 362,17 | 276,73 | 2,12 | 1,65 |
| 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 манная (жидкая) с маслом | 200/3 | 150/3 | 6,17 | 4,64 | 5,12 | 4,39 | 32,97 | 24,74 | 202,66 | 156,96 | 1,37 | 1,03 | | |
| 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 | | | | | | 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 | | | | | | 26,20 | 19,53 | 23,10 | 17,93 | 79,41 | 61,16 | 630,38 | 484,20 | 63,30 | 46,75 |
| 19/04 | Салат из св.помидоров | 50 | 40 | 0,23 | 0,19 | 5,00 | 4,00 | 1,86 | 1,48 | 53,31 | 42,65 | 6,26 | 5,01 | | |
| 110/2004 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 200/5 | 150/5 | 1,83 | 1,40 | 3,80 | 3,04 | 11,63 | 8,45 | 88,03 | 66,76 | 21,85 | 16,36 | | |
| ТТК - 394к | Запеканка картофельная с мясом птицы с маслом | 180/3 | 130/3 | 21,71 | 15,68 | 15,29 | 11,64 | 31,52 | 22,78 | 350,51 | 258,64 | 35,56 | 25,68 | | |
| ТТК-268н | Компот "Фруктово-ягодный" из изюма | 200 | 150 | | | | | 20,66 | 15,50 | 82,64 | 61,98 | | | | |
| | Хлеб белый | 1/20 | 1/20 | 1,62 | 1,62 | 0,20 | 0,20 | 9,76 | 9,76 | 47,32 | 47,32 | | | | |
| Уплотненный полдник | | | | | | 13,22 | 12,28 | 9,63 | 9,50 | 67,32 | 61,65 | 408,85 | 381,27 | 2,64 | 1,88 |
| 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 | | |
| 208/10 | Макаронны запеченные с яйцом с маслом | 150/3 | 150/3 | 7,44 | 7,44 | 8,81 | 8,81 | 31,30 | 31,30 | 234,26 | 234,26 | 0,32 | 0,32 | | |
| ТТК-475 | Чай полусладкий | 200 | 150 | 0,20 | 0,15 | 0,05 | 0,04 | 5,06 | 3,79 | 21,50 | 16,12 | 0,10 | 0,08 | | |
| | 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. | | | | | | | | | | | | |
| Чт, 04 июня 26 | | | | | | 65,6 | 50,89 | 54,23 | 47,63 | 248,92 | 201,46 | 1 746,33 | 1 438,22 | 95,98 | 90,51 |
| Завтрак | | | | | | 13,49 | 10,19 | 12,37 | 10,86 | 74,02 | 57,01 | 461,46 | 366,62 | 2,58 | 2,06 |
| 2/04 | Бутерброд с повидлом | 30/10/5 | 20/10/5 | 2,45 | 1,65 | 4,52 | 4,22 | 21,23 | 16,13 | 135,44 | 109,14 | 0,10 | 0,10 | | |
| 311/04 | Каша молочная пшеничная с маслом | 200/3 | 150/3 | 7,99 | 6,00 | 5,33 | 4,54 | 37,51 | 28,14 | 230,02 | 177,48 | 1,31 | 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 | | | | | | 3,02 | 3,02 | 2,70 | 2,70 | 4,32 | 4,32 | 53,68 | 53,68 | 0,86 | 0,86 |
| 698/04 | Ацидофилин | 100 | 100 | 3,02 | 3,02 | 2,70 | 2,70 | 4,32 | 4,32 | 53,68 | 53,68 | 0,86 | 0,86 | | |
| Обед | | | | | | 17,62 | 15,53 | 25,00 | 22,92 | 95,26 | 79,22 | 676,54 | 585,32 | 22,41 | 17,75 |
| ттк-996 | Салат "Бобовое зёрнышко" | 50 | 40 | 1,21 | 0,97 | 2,58 | 2,06 | 5,31 | 4,25 | 49,28 | 39,42 | 6,44 | 5,15 | | |
| 132/2004 | Рассольник ленинградский со сметаной | 200/5 | 150/5 | 2,54 | 1,94 | 3,95 | 3,15 | 13,99 | 10,54 | 101,69 | 78,27 | 13,48 | 10,12 | | |
| ТТК-652 | Фрикадельки "Особые" с соусом томатным | 50/30 | 50/30 | 5,13 | 5,13 | 13,42 | 13,42 | 7,41 | 7,41 | 170,93 | 170,93 | 2,46 | 2,46 | | |
| 510/04 | Каша пшеничная вязкая | 130 | 110 | 3,68 | 3,11 | 4,34 | 3,67 | 21,07 | 17,83 | 138,07 | 116,83 | | | | |
| 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 | | | | |
| | Хлеб "Дарницкий" | 44,6 | 36,25 | 2,94 | 2,39 | 0,49 | 0,40 | 18,29 | 14,86 | 89,33 | 72,61 | | | | |
| Уплотненный полдник | | | | | | 31,47 | 22,15 | 14,16 | 11,15 | 75,32 | 60,91 | 554,65 | 432,60 | 70,13 | 69,84 |
| ТТК-495н | Десерт фруктовый Апельсин | 110 | 110 | 0,99 | 0,99 | | | 9,24 | 9,24 | 40,92 | 40,92 | 66,00 | 66,00 | | |
| ТТК-341к | Запеканка "Сладкоежка" с соусом сметанным "Сластена" | 150/15 | 100/30 | 28,59 | 19,32 | 13,90 | 10,90 | 41,04 | 30,39 | 403,68 | 296,98 | 0,83 | 0,57 | | |
| 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 белый | 1/20 | 1/20 | 1,62 | 1,62 | 0,20 | 0,20 | 9,76 | 9,76 | 47,32 | 47,32 | | | | |
| Итого стоимость питания в день | | 177,47 руб. | 140,91 руб. | | | | | | | | | | | | |
| Пт, 05 июня 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 | | | | 318,1 | 253,72 | 245,68 | 210,22 | 1 142,9 | 943,5 | 8 055,1 | 6 680,91 | 345,31 | 287,78 |

| | 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