

"СОГЛАСОВАНО"

(ФИО руководителя)

(подпись)

Примерное двухнедельное меню рационов питания воспитанников дошкольных образовательных организаций на 2026  
календарный год (10,5ч)

Стоимость питания на 1 ребёнка в день: с 3 до 7 лет - 177,47 рублей  
с 1,5 до 3 лет - 140,91 рублей

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность, ккал		Витамин С, мг	
				Белки		Жиры		Углеводы					
		Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли
1 день				58,67	48,86	58,13	48,98	207,21	170,36	1 586,82	1 322,75	108,11	91,62
Завтрак				10,27	8,94	12,99	11,60	58,05	51,23	390,22	345,04	0,75	0,56
733/04	Оладьи с маслом <sup>10</sup>	50/3	50/3	3,11	3,11	5,27	5,27	20,85	20,85	143,24	143,24		
ТТК-187а	Каша гречневая вязкая <sup>8</sup>	180	150	5,51	4,59	6,42	5,35	29,74	24,78	198,83	165,69		
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком <sup>2</sup>	200	150	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,60	48,15	36,11	0,75	0,56
Второй завтрак				4,54	3,93	4,05	3,51	6,48	5,62	80,51	69,78	1,30	1,13
698/04	Ацидофилин <sup>6</sup>	150	130	4,54	3,93	4,05	3,51	6,48	5,62	80,51	69,78	1,30	1,13
Обед				32,99	25,97	25,28	19,48	90,10	61,46	719,99	525,09	37,03	29,31
20/2010	Салат из белокочанной капусты <sup>1</sup>	50	40	0,97	0,78	2,55	2,04	5,24	4,19	47,83	38,26	29,89	23,91
148/04	Суп лапша домашняя с мясными фрикадельками "Останкинские" <sup>7</sup>	200/25	150/25	6,53	5,08	8,22	6,39	2,86	2,22	111,50	86,72	2,23	1,73
ТТК-417	Плов "Золотой петушок" <sup>4</sup>	50/150	25/125	21,47	16,10	13,93	10,45	40,57	30,43	373,56	280,17	4,88	3,66
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов <sup>2</sup>	200	150	0,50		0,02		19,43		79,92		0,03	
	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		
Полдник				10,87	10,02	15,81	14,39	52,58	52,05	396,10	382,84	69,03	60,62
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко <sup>3</sup>	145	145	0,58	0,58	0,58	0,58	13,05	13,05	59,74	59,74	14,50	14,50
337/04	Яйцо вареное <sup>11</sup>	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
ТТК-11н	Картофель "По-деревенски" <sup>5</sup>	130	110	3,53	2,99	10,01	8,47	19,00	16,08	180,21	152,49	54,28	45,93
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий <sup>2</sup>	200	150	0,78	0,59	0,13	0,10	17,55	13,16	74,47	55,85	0,25	0,19
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
2 день				72,39	59,75	69,45	52,95	221,34	186,35	1 800,01	1 468,08	32,72	25,79
Завтрак				12,03	9,00	9,91	7,41	52,75	39,70	348,35	261,48	2,52	1,89
3/04	Бутерброд с сыром <sup>12</sup>	30/5	20/5	1,43	1,02	1,38	0,99			18,13	12,95	0,04	0,03
311/04	Каша молочная пшенная с маслом <sup>8</sup>	200/3	150/3	7,55	5,69	6,01	4,53	37,47	28,24	234,22	176,53	1,31	0,99
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое <sup>2</sup>	180	150	3,05	2,29	2,52	1,89	15,28	11,46	96,00	72,00	1,17	0,88
Второй завтрак				4,59	3,98	3,96	3,43	6,49	6,49	79,92	79,92	1,27	1,27
698/04	Простокваша <sup>6</sup>	150	130	4,59	3,98	3,96	3,43	6,49	5,62	79,92	69,26	1,27	1,10
Обед				27,95	22,30	34,58	25,53	90,85	77,37	786,46	628,48	28,05	21,88
ТТК-66	Салат " Солнышко" <sup>11</sup>	50	40	0,59	0,47	5,09	4,07	7,13	5,70	76,72	61,38	3,49	2,79
110/04	Борщ с капустой и картофелем с мясными фрикадельками "Останкинские" <sup>7</sup>	200/25	150/25	7,67	5,97	7,96	6,19	10,87	8,45	145,84	113,43	23,85	18,55
ТТК-739к	Котлеты "Татарские" <sup>14</sup>	75	50	12,09	8,06	17,09	11,39	9,30	6,20	239,33	159,55	0,56	0,37
510/04	Каша пшеничная вязкая <sup>5</sup>	130	110	4,03	3,41	3,80	3,22	21,10	17,85	134,75	114,02		

ТТК-258к	Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка <sup>2</sup>	200	150	0,51	0,38	0,08	0,06	19,38	14,54	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		
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
<b>Полдник</b>				27,82	24,47	21,00	16,58	71,25	62,79	585,28	498,20	0,88	0,75
358/04	Сырники из творога с соусом молочным сладким <sup>9</sup>	100/50	100/30	21,76	18,86	9,45	8,19	28,65	24,83	286,67	248,45	0,78	0,68
ТТК-475	Чай полусладкий <sup>2</sup> с печеньем сахарным <sup>10</sup>	200/36	150/18	5,60	3,99	11,50	8,19	39,62	28,20	284,37	202,43	0,10	0,07
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
<b>3 день</b>				53,68	44,56	54,08	43,20	227,13	204,30	1 610,04	1 390,29	93,93	79,49
<b>Завтрак</b>				10,83	8,15	16,36	12,29	40,88	30,76	354,12	266,30	2,16	1,63
3/04	Бутерброд с маслом с сыром <sup>12</sup>	30/5/5	20/5/5	1,48	1,11	5,00	3,75	0,07	0,05	51,23	38,42	0,04	0,03
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом <sup>8</sup>	200/3	150/3	6,63	5,00	6,66	5,02	26,50	19,97	192,50	145,09	1,37	1,03
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий <sup>2</sup>	180	150	2,72	2,04	4,70	3,53	14,31	10,73	110,39	82,79	0,75	0,56
<b>Второй завтрак</b>				4,54	3,93	4,05	3,51	6,48	5,62	80,51	69,78	1,30	1,13
698/04	Ацидофилин <sup>6</sup>	150	130	4,54	3,93	4,05	3,51	6,48	5,62	80,51	69,78	1,30	1,13
<b>Обед</b>				23,10	17,34	20,66	14,40	86,43	71,49	624,13	485,00	72,57	59,63
ТТК-130	Салат "Метелка" <sup>1</sup>	50	40	0,95	0,76	5,05	4,04	3,57	2,86	63,55	50,84	21,54	17,23
139/04	Суп картофельный с бобовыми <sup>7</sup>	200	150	4,73	3,55	3,24	2,43	13,69	10,27	102,89	77,17	12,92	9,69
ТТК 491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая <sup>4</sup>	2/40		10,75		7,84		15,74		176,51		1,73	
ТТК 491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ. <sup>4</sup> (зелён.гор)		1/40/10		6,05		3,97		9,81		99,21		2,34
520/04	Пюре картофельное <sup>5</sup>	130	110	2,71	2,29	3,97	3,36	12,18	10,31	95,27	80,61	32,06	27,13
707/04	Сок фруктовый разливной <sup>2</sup>	180	150	0,90	0,68			18,18	13,64	76,32	57,24	4,32	3,24
	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		
<b>Полдник</b>				15,21	15,14	13,01	13,00	93,34	96,43	551,28	569,21	17,90	17,10
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко <sup>3</sup>	145	145	0,58	0,58	0,58	0,58	13,05	13,05	59,74	59,74	14,50	14,50
337/04	Яйцо вареное <sup>11</sup>	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
ТТК-8К	Плюшка "Новомосковская" <sup>10</sup>	100	100	8,38	8,38	7,28	7,28	62,03	62,03	347,13	347,13	0,10	0,10
686/04	Чай с лимоном <sup>2</sup>	200/7	150/7	0,27	0,20	0,06	0,05	15,28	11,59	62,73	47,58	3,30	2,50
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
<b>4 день</b>				72,74	65,77	59,89	49,35	233,84	206,48	1 765,52	1 533,28	52,72	41,65
<b>Завтрак</b>				9,27	6,97	11,26	8,33	48,32	36,36	331,76	248,39	2,54	1,91
1/04	Бутерброд с маслом <sup>12</sup>	30/5	20/5	0,05	0,04	3,62	2,59	0,07	0,05	33,10	23,64		
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом <sup>8</sup>	200/3	150/3	6,17	4,65	5,12	3,86	32,97	24,85	202,66	152,74	1,37	1,03
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое <sup>2</sup>	180	150	3,05	2,29	2,52	1,89	15,28	11,46	96,00	72,00	1,17	0,88
<b>Второй завтрак</b>				4,59	3,98	3,96	3,43	6,49	5,62	79,92	69,26	1,27	1,10
698/04	Простокваша <sup>6</sup>	150	130	4,59	3,98	3,96	3,43	6,49	5,62	79,92	69,26	1,27	1,10
<b>Обед</b>				34,21	33,08	22,06	19,62	104,88	99,19	755,00	705,68	48,10	37,95
ТТК-359н	Винегрет из овощей <sup>1</sup>	50	40	1,22	0,98	3,55	2,84	4,29	3,43	53,97	43,18	6,67	5,34
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем с мясными фрикадельками "Останкинские" <sup>7</sup>	200/25	150/25	7,69	5,98	7,96	6,19	6,88	5,35	129,97	101,09	39,65	30,84
ТТК-247н	Гречка с говядиной "Батыр" <sup>4</sup>	40/160	40/160	21,74	21,74	9,97	9,97	51,21	51,21	381,55	381,55	1,75	1,75
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов <sup>2</sup>	200	150	0,50	0,38	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		
<b>Полдник</b>				24,67	21,74	22,61	17,97	74,15	65,31	598,84	509,95	0,81	0,69
ТТК - 865	Пудинг "Творожный" с соусом молочным сладким <sup>9</sup>	100/50	100/30	18,61	16,13	11,06	9,59	31,55	27,34	300,23	260,20	0,71	0,62
ТТК-475	Чай полусладкий <sup>2</sup> с печеньем сахарным <sup>10</sup>	200/36	150/18	5,60	3,99	11,50	8,19	39,62	28,20	284,37	202,43	0,10	0,07
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
<b>5 день</b>				48,39	39,87	44,51	34,16	219,77	186,31	1 473,08	1 212,04	111,3	101,8
<b>Завтрак</b>				12,14	9,08	11,41	8,53	51,82	39,00	358,54	269,11	2,10	1,58
3/04	Бутерброд с сыром <sup>12</sup>	30/5	20/5	1,43	1,02	1,38	0,99			18,13	12,95	0,04	0,03
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом <sup>8</sup>	200/3	150/3	7,99	6,02	5,33	4,02	37,51	28,27	230,02	173,36	1,31	0,99

ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий <sup>2</sup>	180	150	2,72	2,04	4,70	3,53	14,31	10,73	110,39	82,79	0,75	0,56
<b>Второй завтрак</b>				4,59	3,98	3,96	3,43	7,60	6,59	84,35	73,10	2,06	1,79
697/04	Молоко кипяченое <sup>6</sup>	150	130	4,59	3,98	3,96	3,43	7,60	6,59	84,35	73,10	2,06	1,79
<b>Обед</b>				25,31	20,65	27,54	20,62	101,87	86,64	756,47	614,62	39,78	31,08
ТТК-357н	Салат "Капуста квашеная" <sup>1</sup>	50	40	0,89	0,71	2,51	2,01	4,34	3,47	43,51	34,81	14,10	11,28
138/04	Суп картофельный с рисовой крупой с мясными фрикадельками "Останкинские" <sup>7</sup>	200/25	150/25	7,69	5,98	8,30	6,46	10,78	8,38	148,55	115,54	19,28	15,00
ТТК-101н	Котлеты "Любимые" <sup>4</sup>	75	50	8,93	5,95	11,85	7,90	7,65	5,10	172,91	115,27		
ТТК - 181а	Макароны отварные <sup>5</sup>	130	110	4,60	3,89	4,30	3,64	31,60	26,74	183,46	155,24		
ТТК-950	Напиток "Лимонный" <sup>2</sup>	200	150	0,14	0,11	0,02	0,02	24,43	18,32	98,45	73,84	6,40	4,80
	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		
<b>Полдник</b>				6,35	6,16	1,60	1,58	58,48	54,08	273,72	255,21	67,36	67,34
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин <sup>3</sup>	100	100	0,90	0,90			8,40	8,40	37,20	37,20	60,00	60,00
687/96	Пирожки печеные с картофелем <sup>10</sup>	75	75	4,69	4,69	1,54	1,54	32,46	32,46	162,46	162,46	7,27	7,27
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий <sup>2</sup>	200	150	0,76	0,57	0,06	0,05	17,62	13,22	74,06	55,55	0,09	0,07
<b>6 день</b>				49,7	41,4	57,27	46,85	240,5	204,6	1 676,16	1 405,53	53,07	44,47
<b>Завтрак</b>				10,27	8,94	12,99	11,60	58,05	51,23	390,22	345,04	0,75	0,56
733/04	Оладьи с маслом <sup>10</sup>	50/3	50/3	3,11	3,11	5,27	5,27	20,85	20,85	143,24	143,24		
ТТК-187а	Каша гречневая вязкая <sup>8</sup>	180	150	5,51	4,59	6,42	5,35	29,74	24,78	198,83	165,69		
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком <sup>2</sup>	200	150	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,60	48,15	36,11	0,75	0,56
<b>Второй завтрак</b>				1,00	0,75			20,20	15,15	84,80	63,60	4,80	3,60
707/04	Сок фруктовый разливной <sup>2</sup>	200	150	1,00	0,75			20,20	15,15	84,80	63,60	4,80	3,60
<b>Обед</b>				28,11	21,53	33,20	24,30	90,31	71,30	772,37	589,97	32,61	25,43
52/11	Салат из отварной свеклы <sup>1</sup>	50	40	0,91	0,73	3,06	2,45	5,33	4,26	52,49	41,99	6,06	4,85
134/04	Суп крестьянский с крупой и мясными фрикадельками "Останкинские" <sup>7</sup>	200/25	150/25	7,64	5,94	8,62	6,70	7,98	6,21	140,04	108,92	25,84	20,10
ТТК-739к	Котлеты "Татарские" <sup>4</sup>	75	50	12,09	8,06	17,09	11,39	9,30	6,20	239,33	159,55	0,56	0,37
510/04	Каша ячневая вязкая <sup>5</sup>	130	110	2,84	2,40	3,66	3,10	18,29	15,48	117,47	99,40		
ТТК-258к	Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка <sup>2</sup>	200	150	0,51	0,38	0,08	0,06	19,38	14,54	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		
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
<b>Полдник</b>				10,32	10,13	11,08	10,95	71,94	66,95	428,77	406,92	14,91	14,88
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко <sup>3</sup>	145	145	0,58	0,58	0,58	0,58	13,05	13,05	59,74	59,74	14,50	14,50
208/10	Макароны запеченные с яйцом с маслом <sup>5</sup>	150/5	150/3	7,46	7,36	10,26	10,13	31,33	30,93	247,51	244,32	0,32	0,32
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий <sup>2</sup>	200	150	0,76	0,57	0,06	0,05	17,62	13,22	74,06	55,55	0,09	0,07
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
<b>7 день</b>				67,99	55,22	57,71	44,89	197,26	156,89	1 580,45	1 252,51	105,26	79,65
<b>Завтрак</b>				10,78	8,06	12,74	9,53	40,81	30,70	321,02	240,83	2,16	1,62
3/04	Бутерброд с сыром <sup>12</sup>	30/5	20/5	1,43	1,02	1,38	0,99			18,13	12,95	0,04	0,03
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом <sup>8</sup>	200/3	150/3	6,63	5,00	6,66	5,02	26,50	19,97	192,50	145,09	1,37	1,03
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий <sup>2</sup>	180	150	2,72	2,04	4,70	3,53	14,31	10,73	110,39	82,79	0,75	0,56
<b>Второй завтрак</b>				4,54	3,93	4,05	3,51	6,48	5,62	80,51	69,78	1,30	1,13
698/04	Ацидофилин <sup>6</sup>	150	130	4,54	3,93	4,05	3,51	6,48	5,62	80,51	69,78	1,30	1,13
<b>Обед</b>				25,04	19,40	24,27	18,05	86,64	66,91	665,21	507,74	100,27	75,65
20/2010	Салат из белокочанной капусты <sup>1</sup>	50	40	0,97	0,78	2,55	2,04	5,24	4,19	47,83	38,26	29,89	23,91
132/04	Рассольник ленинградский <sup>7</sup>	200	150	2,34	1,76	3,05	2,29	10,78	8,09	79,91	59,93	18,69	14,02
ТТК - 394	Запеканка картофельная с мясом птицы с маслом <sup>4</sup>	180/5	130/5	17,11	12,49	17,96	13,11	21,16	15,44	314,74	229,68	51,66	37,70
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов <sup>2</sup>	200	150	0,50	0,38	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		
<b>Полдник</b>				27,63	23,83	16,65	13,80	63,33	53,66	513,71	434,16	1,53	1,25

ТТК-1019;596/04	Сырники "Домашние" из творога с соусом молочным сладким <sup>9</sup>	100/50	100/30	21,76	18,86	9,45	8,19	28,65	24,83	286,67	248,45	0,78	0,68
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком <sup>2</sup> с печеньем в	200/18	150/18	4,35	3,35	7,02	5,41	24,74	19,07	179,58	138,39	0,75	0,58
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
<b>8 день</b>				53,04	43,92	53,9	42,0	213,34	177,97	1 550,67	1 266,29	61,69	52,90
<b>Завтрак</b>				9,27	6,97	11,26	8,33	48,32	36,36	331,76	248,39	2,54	1,91
1/04	Бутерброд с маслом <sup>12</sup>	30/5	20/5	0,05	0,04	3,62	2,59	0,07	0,05	33,10	23,64		
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом <sup>8</sup>	200/3	150/3	6,17	4,65	5,12	3,86	32,97	24,85	202,66	152,74	1,37	1,03
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое <sup>2</sup>	180	150	3,05	2,29	2,52	1,89	15,28	11,46	96,00	72,00	1,17	0,88
<b>Второй завтрак</b>				4,59	3,98	3,96	3,43	6,49	5,62	79,92	69,26	1,27	1,10
698/04	Простокваша <sup>6</sup>	150	130	4,59	3,98	3,96	3,43	6,49	5,62	79,92	69,26	1,27	1,10
<b>Обед</b>				26,67	20,51	31,29	22,87	98,02	76,92	780,39	595,55	36,01	28,04
ТТК №556н	Салат из картофеля с огурцами <sup>1</sup>	50	40	1,32	1,06	2,54	2,03	3,81	3,05	43,41	34,73	7,36	5,89
110/04	Борщ с капустой и картофелем с мясными фрикадельками "Останкинские" <sup>7</sup>	200/25	150/25	7,67	5,97	7,96	6,19	10,87	8,45	145,84	113,43	23,85	18,55
ТТК-649к	Биточки "Рябушка" <sup>4</sup>	75	50	10,56	7,04	16,52	11,01	13,20	8,80	243,68	162,45		
510/04	Каша рисовая вязкая <sup>5</sup>	130	110	2,00	1,69	3,58	3,03	19,91	16,85	119,85	101,41		
707/04	Сок фруктовый разливной <sup>2</sup>	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		
<b>Полдник</b>				12,51	12,46	7,39	7,40	60,51	59,07	358,60	353,09	21,87	21,85
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко <sup>3</sup>	145	145	0,58	0,58	0,58	0,58	13,05	13,05	59,74	59,74	14,50	14,50
687/96	Пирожки печеные с картофелем <sup>10</sup>	75	75	4,69	4,69	1,54	1,54	32,46	32,46	162,46	162,46	7,27	7,27
337/04	Яйцо вареное <sup>11</sup>	1 шт	1шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
ТТК-475	Чай полусладкий <sup>2</sup>	200	150	0,20	0,15	0,05	0,04	5,06	3,80	21,50	16,13	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		
<b>9 день</b>				70,24	55,85	44,38	35,15	218,08	177,04	1 552,71	1 247,89	22,83	16,97
<b>Завтрак</b>				12,14	9,08	11,41	8,53	51,82	39,00	358,54	269,11	2,10	1,58
3/04	Бутерброд с сыром <sup>12</sup>	30/5	20/5	1,43	1,02	1,38	0,99			18,13	12,95	0,04	0,03
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом <sup>8</sup>	200/3	150/3	7,99	6,02	5,33	4,02	37,51	28,27	230,02	173,36	1,31	0,99
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий <sup>2</sup>	180	150	2,72	2,04	4,70	3,53	14,31	10,73	110,39	82,79	0,75	0,56
<b>Второй завтрак</b>				4,54	3,93	4,05	3,51	6,48	5,62	80,51	69,78	1,30	1,13
698/04	Ацидофилин <sup>6</sup>	150	130	4,54	3,93	4,05	3,51	6,48	5,62	80,51	69,78	1,30	1,13
<b>Обед</b>				30,22	20,07	14,17	9,66	106,36	84,30	673,82	504,38	18,56	13,41
62/11	Салат из моркови с сахаром <sup>1</sup>	50	40	0,78	0,62	0,06	0,05	6,64	5,31	30,20	24,16	3,00	2,40
139/04	Суп картофельный с бобовыми <sup>7</sup>	200	150	4,73	3,55	3,24	2,43	13,69	10,27	102,89	77,17	12,92	9,69
437/04	Гуляш <sup>4</sup>	50/50	25/25	15,99	8,00	5,88	2,94	3,74	1,87	131,82	65,91	2,64	1,32
ТТК - 181а	Макароны отварные <sup>5</sup>	130	110	4,60	3,89	4,30	3,64	31,60	26,74	183,46	155,24		
ТТК № 258н	Напиток "Фруктово-ягодный" из изюма <sup>2</sup>	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		
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
<b>Полдник</b>				23,34	22,77	14,75	13,45	53,42	48,12	439,84	404,62	0,87	0,85
ТТК - 341н	Творожник "Зебра" с соусом молочным сладким <sup>9</sup>	100/30	100/30	18,92	18,92	8,80	8,80	21,14	21,14	239,45	239,45	0,77	0,77
ТТК-475	Чай полусладкий <sup>2</sup> с печеньем сахарным <sup>10</sup>	200/18	150/18	2,90	2,23	5,77	4,45	22,34	17,22	152,93	117,85	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		
<b>10 день</b>				47,65	41,94	46,69	36,68	193,92	163,12	1 386,54	1 181,66	131,13	118,28
<b>Завтрак</b>				9,50	7,15	11,71	8,67	50,57	38,06	345,69	258,89	2,51	1,89
1/04	Бутерброд с маслом <sup>12</sup>	30/5	20/5	0,05	0,04	3,62	2,59	0,07	0,05	33,10	23,64		
ТТК 995	Каша молочная "Дружба" (жидкая) с маслом <sup>8</sup>	200/3	150/3	6,40	4,82	5,57	4,20	35,22	26,55	216,59	163,24	1,34	1,01
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое <sup>2</sup>	180	150	3,05	2,29	2,52	1,89	15,28	11,46	96,00	72,00	1,17	0,88
<b>Второй завтрак</b>				4,59	3,98	3,96	3,43	6,49	5,62	79,92	69,26	1,27	1,10
698/04	Простокваша <sup>6</sup>	150	130	4,59	3,98	3,96	3,43	6,49	5,62	79,92	69,26	1,27	1,10

Обед				20,87	18,17	22,08	19,06	83,57	67,59	616,48	514,57	67,06	55,02
ТТК-357н	Салат "Капуста квашеная" <sup>1</sup>	50	40	0,89	0,71	2,51	2,01	4,34	3,47	43,51	34,81	14,10	11,28
ТТК-425	Суп "Гречишное зернышко" с мясными фрикадельками "Останкинские" <sup>7</sup>	200/25	150/25	8,41	6,54	8,17	6,35	13,35	10,38	160,59	124,90	19,26	14,98
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным <sup>4</sup>	50/30	50/30	4,24	4,24	6,72	6,72	4,24	4,24	94,38	94,38	1,61	1,61
520/04	Пюре картофельное <sup>5</sup>	130	110	2,71	2,29	3,97	3,36	12,18	10,31	95,27	80,61	32,06	27,13
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов <sup>2</sup>	200	150	0,50	0,38	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		
Полдник				12,69	12,64	8,94	8,95	53,29	51,85	344,45	338,94	60,29	60,27
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин <sup>3</sup>	100	100	0,90	0,90			8,40	8,40	37,20	37,20	60,00	60,00
337/04	Яйцо вареное <sup>11</sup>	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
ТТК-503н	Булочка "Детская" <sup>10</sup>	50	50	4,55	4,55	3,67	3,67	29,89	29,89	170,85	170,85	0,19	0,19
ТТК-475	Чай полусладкий <sup>2</sup>	200	150	0,20	0,15	0,05	0,04	5,06	3,80	21,50	16,13	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		

			Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность, ккал		Витамин С, мг	
			Белки		Жиры		Углеводы					
			Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:			541,40	421,20	605,30	477,70	2820,00	2030,50	18150,00	14070,30	500,10	453,30
В среднем в день:			54,14	42,12	60,53	47,77	282,00	203,05	1 815,00	1 407,03	50,01	45,33

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

Примечание:

- <sup>1</sup> - С 1 марта заменяется на салат из овощей урожая прошлого года, в которых овощи проходят термическую обработку или используются овощи нового урожая.
- <sup>2</sup> - Допускается замена на любые другие напитки (компот или кисель, или чай, или кофейный напиток, или какао-напиток, или сок, или компоты из свежемороженых ягод или сухофруктов и т.п)
- <sup>3</sup>- Допускается заменять на другие виды фруктов.
- <sup>4</sup>- Допускается замена на другие виды мясных или рыбных котлет, или на мясные или рыбные блюда, или блюда из мяса птицы
- <sup>5</sup>- Допускается замена на другие гарниры из макаронных изделий или круп, или бобовых изделий, или овощей, или картофеля.
- <sup>6</sup> - Допускается замена на другие молочные или кисломолочные напитки
- <sup>7</sup>- Допускается замена на любые другие супы (борщ или щи, или супы картофельные, или супы картофельные с крупами или суп-лапша и др.)
- <sup>8</sup> - Допускается замена на другие каши или молочные супы (гречневая или рисовая, или пшенная, или пшеничная, или ячневая, или мультизлаковая, или манная, или овсяная)
- <sup>9</sup>- Допускается замена на любое другое творожное блюдо (запеканка или пудинг, или сырники, или галушки), или мясное блюдо (запеканка), или каша (гречневая, или пшеничная, или пшеничная, или ячневая, или перловая), или овощное (запеканка или пудинг), или яичное блюдо(омлет или яйцо отварное)

<sup>10</sup> - Допускается замена на другие кондитерские изделия или мучное блюдо

<sup>11</sup> - Допускается яйцо вареное заменять на омлет

<sup>12</sup> - Бутерброд в ассортименте (с маслом или с сыром или с повидлом)

<sup>13</sup> - Овощи припущенные (огурцы соленые, или огурцы консервированные, или горошек зеленый консервированный, или кукуруза консервированная, или морковь, или капуста цветная быстрозамороженная, или смеси овощей быстрозамороженные промышленного производства)

\*- допускается изменение массы порции блюд в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 приложение 9, таблица 1

Исп. Г.Н. Фазулина











юйству,

и геркулес  
и рисовая

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 255A8CDF93C6408A4949CA1CD7F48209  
Отпечаток сертификата:  
AC54D15E491A805AF5D2A2B1B731B8BF7636B771  
Владелец: Мансурова Лилия Николаевна  
Организация: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ -  
ДЕТСКИЙ САД "ШАТЛЫК" ТУКАЕВСКОГО  
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ  
ТАТАРСТАН"  
Действителен с 19.11.2024 по 12.02.2026  
Дата подписания: 05.01.2026 11:50 (+03:00)  
Номер извещения: 0111300039725000036

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат:  
025C5F010146B3C9BE4D8EFF0F79541CB1  
Отпечаток сертификата:  
F2094B8A6300320040879A2EEF7E0BDE1A9B8591  
Владелец: Рахматуллин Руслан Равилович  
Действителен с 27.08.2025 по 27.08.2026  
Дата подписания: 29.12.2025 09:33 (+03:00)  
Номер извещения: 0111300039725000036