

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

В.П. Гусева

"СОГЛАСОВАНО"

(№ ДОУ)

(ФИО руководителя)

(Подпись)

15 ДОУ о/с "Бережок"



ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ ЗАИНСК с 20.02.2023г. по 22.02.2023 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	Дет. сад	Ясли
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли				
Пн, 20 февраля 23													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	14,01	10,69	11,96	9,79	56,54	175,14	1 702,87	1 407,44	60,23	45,29
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	3,68	2,94	2,24	1,95	15,42	10,28	374,76	284,05	3,08	2,32
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	8,68	6,51	8,42	6,86	29,88	22,42	96,59	70,46	0,04	0,04
Второй завтрак													
698/04	Ацидофилин	100	100	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56
Обед													
ТТК№357н	Салат "Капуста квашеная"	50	40	3,02	3,02	2,70	2,70	4,32	4,32	53,68	53,68	0,86	0,86
148/04	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	3,02	22,07	37,54	29,93	91,37	72,89	811,24	649,16	51,49	38,51
ТТК-393К	Запеканка картофельная с мясом "По- домашнему" с маслом	180/5	130/5	0,88	0,70	2,51	2,01	4,26	3,40	43,11	34,49	14,00	11,20
ТТК-503	Напиток "Фруктово-ягодный" ассорти	200	150	8,00	7,46	7,18	6,66	10,85	8,14	140,01	122,36	1,93	1,63
Уплотненный полдник													
337/04	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	14,00	10,12	27,16	20,63	31,26	22,60	425,43	316,51	35,56	25,68
510/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	1,52	1,52	0,18	0,18	14,97	11,23	59,88	44,91	4,80	3,60
	Каша гречневая вязкая	130	110	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,43		
	Сок фруктовый с печеньем сахарным в ассортименте	200/17	150/17	14,62	13,75	14,75	14,12	68,00	59,64	463,19	420,55	67,44	67,44
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	5,52	5,52	5,04	5,04	21,54	18,23	139,36	117,92		
Итого стоимость питания в день													
Вт, 21 февраля 23													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	82,85	68,12	60,13	52,97	299,36	252,54	2 069,96	1 759,36	60,42	49,4
ТТК-301	Каша молочная "Дружба" жидкая с маслом	200/3	150/3	15,19	11,84	15,72	13,73	69,29	51,99	479,39	378,91	3,45	2,70
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,74	3,00	5,91	5,62	15,49	10,35	130,13	104,00	0,04	0,04
Второй завтрак													
697/04	Молоко кипяченое	100	100	8,40	6,30	7,29	6,01	38,52	28,90	253,26	194,91	2,24	1,68
Обед													
ТТК-359н	Винегрет из овощей	50	40	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/5	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/30	50/30	27,16	23,75	26,56	23,60	101,01	85,84	751,70	650,76	42,18	32,70
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	0,95	0,76	3,55	2,84	4,12	3,29	52,22	41,77	9,22	7,38
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	1,76	1,26	4,56	3,04	7,60	5,61	78,48	54,86	30,47	22,84
Хлеб "Рябинушка"													
Итого стоимость питания в день													
Ср, 22 февраля 23													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	82,85	68,12	60,13	52,97	299,36	252,54	2 069,96	1 759,36	60,42	49,4
ТТК-301	Каша молочная "Дружба" жидкая с маслом	200/3	150/3	15,19	11,84	15,72	13,73	69,29	51,99	479,39	378,91	3,45	2,70
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,74	3,00	5,91	5,62	15,49	10,35	130,13	104,00	0,04	0,04
Второй завтрак													
697/04	Молоко кипяченое	100	100	8,40	6,30	7,29	6,01	38,52	28,90	253,26	194,91	2,24	1,68
Обед													
ТТК-359н	Винегрет из овощей	50	40	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/5	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/30	50/30	27,16	23,75	26,56	23,60	101,01	85,84	751,70	650,76	42,18	32,70
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	0,95	0,76	3,55	2,84	4,12	3,29	52,22	41,77	9,22	7,38
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	1,76	1,26	4,56	3,04	7,60	5,61	78,48	54,86	30,47	22,84
Хлеб "Рябинушка"													
Итого стоимость питания в день													
Чт, 23 февраля 23													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	82,85	68,12	60,13	52,97	299,36	252,54	2 069,96	1 759,36	60,42	49,4
ТТК-301	Каша молочная "Дружба" жидкая с маслом	200/3	150/3	15,19	11,84	15,72	13,73	69,29	51,99	479,39	378,91	3,45	2,70
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,74	3,00	5,91	5,62	15,49	10,35	130,13	104,00	0,04	0,04
Второй завтрак													
697/04	Молоко кипяченое	100	100	8,40	6,30	7,29	6,01	38,52	28,90	253,26	194,91	2,24	1,68
Обед													
ТТК-359н	Винегрет из овощей	50	40	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/5	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/30	50/30	27,16	23,75	26,56	23,60	101,01	85,84	751,70	650,76	42,18	32,70
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	0,95	0,76	3,55	2,84	4,12	3,29	52,22	41,77	9,22	7,38
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	1,76	1,26	4,56	3,04	7,60	5,61	78,48	54,86	30,47	22,84
Хлеб "Рябинушка"													
Итого стоимость питания в день													
Пт, 24 февраля 23													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	82,85	68,12	60,13	52,97	299,36	252,54	2 069,96	1 759,36	60,42	49,4
ТТК-301	Каша молочная "Дружба" жидкая с маслом	200/3	150/3	15,19	11,84	15,72	13,73	69,29	51,99	479,39	378,91	3,45	2,70
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,74	3,00	5,91	5,62	15,49	10,35	130,13	104,00	0,04	0,04
Второй завтрак													
697/04	Молоко кипяченое	100	100	8,40	6,30	7,29	6,01	38,52	28,90	253,26	194,91	2,24	1,68
Обед													
ТТК-359н	Винегрет из овощей	50	40	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/5	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/30	50/30	27,16	23,75	26,56	23,60	101,01	85,84	751,70	650,76	42,18	32,70
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	0,95	0,76	3,55	2,84	4,12	3,29	52,22	41,77	9,22	7,38
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	1,76	1,26	4,56	3,04	7,60	5,61	78,48	54,86	30,47	22,84
Хлеб "Рябинушка"													
Итого стоимость питания в день													
Сб, 25 февраля 23													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	82,85	68,12	60,13	52,97	299,36	252,54	2 069,96	1 759,36	60,42	49,4
ТТК-301	Каша молочная "Дружба" жидкая с маслом	200/3	150/3	15,19	11,84	15,72	13,73	69,29	51,99	479,39	378,91	3,45	2,70
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,74	3,00	5,91	5,62	15,49	10,35	130,13	104,00	0,04	0,04
Второй завтрак													
697/04	Молоко кипяченое	100	100	8,40	6,30	7,29	6,01	38,52	28,90	253,26	194,91	2,24	1,68
Обед													
ТТК-359н	Винегрет из овощей	50	40	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/5	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/30	50/30	27,16	23,75	26,56	23,60	101,01	85,84	751,70	650,76	42,18	32,70
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	0,95	0,76	3,55	2,84	4,12	3,29	52,22	41,77	9,22	7,38
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	1,76	1,26	4,56	3,04	7,60	5,61	78,48	54,86	30,47	22,84
Хлеб "Рябинушка"													
Итого стоимость питания в день													
Вс, 26 февраля 23													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	82,85	68,12	60,13	52,97	299,36	252,54	2 069,96	1 759,36	60,42	49,4
ТТК-301	Каша молочная "Дружба" жидкая с маслом	200/3	150/3	15,19	11,84	15,72	13,73	69,29	51,99	479,39	378,91	3,45	2,70
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,74	3,00	5,91	5,62	15,49	10,35	130,13	104,00	0,04	0,04
Второй завтрак													
697/04	Молоко кипяченое	100	100	8,40	6,30	7,29	6,01	38,52	28,90	253,26	194,91	2,24	1,68
Обед													
ТТК-359н	Винегрет из овощей	50	40	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/5	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/30	50/30	27,16	23,75	26,56	23,60	101,01	85,84	751,70	650,76	42,18	32,70
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	0,95	0,76	3,55	2,84	4,12	3,29	52,22	41,77	9,22	7,38
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	1,76	1,26	4,56	3,04	7,60	5,61	78,48	54,86	30,47	22,84
Хлеб "Рябинушка"													
Итого стоимость питания в день													
Пн, 27 февраля 23													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	82,85	68,12	60,13	52,97	299,36	252,54	2 069,96	1 759,36	60,42	49,4
ТТК-301	Каша молочная "Дружба" жидкая с маслом	200/3	150/3	15,19	11,84	15,72	13,73	69,29	51,99	479,39	378,91	3,45	2,70
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,74	3,00	5,91	5,62	15,49	10,35	130,13	104,00	0,04	0,04
Второй завтрак													
697/04	Молоко кипяченое	100	100	8,40	6,30	7,29	6,01	38,52	28,90	253,26	194,91	2,24	1,68
Обед													
ТТК-359н	Винегрет из овощей	50	40	3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/5	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/30	50/30	27,16	23,75	26,56	23,60	101,01	85,84	751,70	650,76	42,18	32,70
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	0,95	0,76	3,55	2,84	4,12	3,29	52,22	41,77	9,22	7,38
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	1,76	1,26	4,56	3,04	7,60	5,61	78,48	54,86	30,47	22,84
Хлеб "Рябинушка"													
Итого стоимость питания в день													
Вт, 28 февраля 23													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	82,85	68,12	60,13	5						

	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,43	13,42	12,63
	Уплотненный полдник			37,44	29,47	15,21	13,00	124,00	109,65	782,64	673,46	10,00	10,00
ТТК-302н	Десерт фруктовый Яблоко	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,00	9,00	41,20	41,20	0,57	0,42
ТТК-253н	Галушки "Снежок"	200	150	30,93	23,00	12,14	9,95	52,39	39,48	442,54	339,42	2,55	1,91
ТТК-458	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17	0,30	0,30
	Ватрушка с повидлом	75	75	4,43	4,43	2,44	2,44	46,88	46,88	227,21	227,21	47,46	
	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	146,5 руб.	116,32 руб.										
	Ср, 22 февраля 23			44,06	39,55	45,06	39,54	207,52	176,46	1 411,91	1 219,81	54,21	47,05
	Завтрак			14,41	11,21	10,76	9,03	65,71	49,17	417,39	322,74	3,08	2,38
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
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	8,21	6,17	6,88	5,71	36,35	27,27	240,19	185,11	2,29	1,72
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	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			16,39	15,47	21,09	17,34	88,24	75,96	608,33	521,74	47,65	41,95
ТТК-62	Салат из отварной свеклы	50	40	0,97	0,78	3,06	2,45	5,68	4,55	54,17	43,34	6,46	5,17
132/2004	Рассольник ленинградский с мясными фрикадельками	200/25/5	150/25/5	8,26	8,03	8,90	8,52	14,30	13,31	170,34	162,07	14,14	13,77
	"Останкинские" со сметаной												
ТТК 491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая	2/40				4,00				35,96			
ТТК-491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ(огурцы сол)		40/10		0,31		2,00		0,07		19,49		0,56
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-271н	Компот "Плодово-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"	1/46,4	1/40,6	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,43		
	Уплотненный полдник			10,20	9,81	10,57	10,53	49,24	47,00	332,91	322,05	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	150/5	150/5	7,46	7,46	10,26	10,26	31,33	31,33	247,51	247,51	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 "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	146,5 руб.	116,32 руб.										
	Итого	185,56	131,44	185,56	131,44	185,56	131,44	604,14	518,74	3 186,61	2 748,86	141,74	117,86
	Витамины												
	Энергетическая ценность									ккал		С	С
	Дет. сад	Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли
	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад
	162,54	126,12	181,14	141,84	783,33	610,14	548,75	4285,98	150,87	135,75	45,25		
	54,18	42,04	60,38	47,28	261,11	203,38	1 828,25	1 428,66	50,29	45,25			

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

 Г.Н. Мартынова
 А.Р. Гатина
 Л.Р. Загладулина