

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

В.П. Гусева

"СОГЛАСОВАНО"

(№ ДОУ)

(ФИО уполномоченного)

(подпись)

МБОУ о/е "Березки"

Степанова В.В.

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАЙНСКА с 05.06.2023г. по 09.06.2023 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	
Пн, 05 июня 23											
Завтрак											
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	58,81	54,8	43,33	38,36	220,53	192,88	1 507,42	1 335,82
ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	200/5	150/5	9,56	9,03	10,42	9,64	35,70	37,08	274,87	271,23
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	1,46	2,94	1,37	1,95	10,28	10,28	18,20	70,46
Второй завтрак											
697/04	Молоко кипяченое	100	100	7,94	5,97	9,00	7,66	29,91	22,45	232,44	182,60
Обед											
52/11	Салат из свежлы отварной	50	40	0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17
134/04	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200/5	155	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23
ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	150	34,69	32,24	20,47	17,23	103,87	80,02	738,54	604,06
Уплотненный полдник											
510/04	Десерт фруктовый Яблоко	100	100	0,97	0,78	3,06	2,45	5,68	4,55	54,17	43,34
ТТК-437	Каша гречневая вязкая	130	110	1,75	1,34	5,01	3,95	8,72	6,58	86,96	67,22
733/04	Чай полусладкий с молоком	200	150	27,35	25,96	11,69	10,18	40,01	26,80	374,68	302,67
Итого стоимость питания в день											
		146,5 руб.	116,32 руб.	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94
Вт, 06 июня 23											
Завтрак											
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	12,00	10,73	15,17	13,80	57,23	54,43	413,47	384,81
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	0,05	1,53	3,62	4,21	0,07	10,35	33,10	85,37
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	9,23	6,93	6,85	5,68	42,85	32,15	269,98	207,45
Второй завтрак											
698/04	Кефир	100	100	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99
Обед											
ТТК-513н	Салат "Свежесть "	50	40	3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85
139/04	Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы	200/15	150/15	3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85
ТТК №730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/50	50/50	23,17	20,97	22,12	20,41	96,82	81,12	678,96	592,06
520/04	Пюре картофельное	130	110	1,13	0,90	2,56	2,05	5,43	4,35	49,27	39,42
ТТК-268н	Компот "Плодово-ягодный" из изюма	200	150	10,61	9,41	7,01	6,53	15,99	11,99	169,42	144,41
Итого стоимость питания в день											
		146,5 руб.	116,32 руб.	4,45	4,45	7,60	7,60	5,54	5,54	108,35	108,35
Итого стоимость питания в день											
		146,5 руб.	116,32 руб.	2,86	2,42	4,26	3,60	19,17	16,22	126,47	107,01
Итого стоимость питания в день											
		146,5 руб.	116,32 руб.	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	4,41	3,69
	Уплотненный полдник			19,24	19,09	20,75	20,75	80,85	77,82	587,11	574,39		
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
334/04	Макаронны запеченные с сыром с маслом	145/3	145/3	8,75	8,75	10,12	10,12	36,41	36,41	271,76	271,76	0,09	0,09
	Сок фруктовый с печеньем сахарным в ассортименте	180/17	150/17	3,45	3,30	5,41	5,41	34,50	31,47	200,45	187,73	4,32	3,50
	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

Ср, 07 июня 23

	Завтрак	146,5 руб.	116,32 руб.										
	Бутерброд с повидлом			73,67	52,52	55,64	40,73	252,05	191,59	1 803,65	1 343,1	100,31	90,2
2/04	Каша молочная пшенная с маслом	30/10/5	20/10/5	14,82	11,20	14,70	12,61	77,32	59,48	500,97	396,29	3,45	2,72
302/04	Какао с молоком полусладкое	200/3	150/3	2,27	1,53	4,49	4,20	21,35	16,21	134,93	108,80	0,10	0,10
ТТК-198н	Молоко кипяченое	180	150	9,50	7,13	7,69	6,31	40,69	30,53	270,04	207,49	2,18	1,64
697/04	Второй завтрак			3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
	Обед			3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
13/2010	Салат из свежих огурцов	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
110/2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	50	40	28,25	19,12	18,26	12,33	115,39	84,84	738,79	526,78	29,12	21,86
ТТК-247к	Гречка с говядиной "Батыр"	200/10	150/5	0,39	0,31	3,05	2,44	1,21	0,97	33,80	27,04	4,85	3,88
ТТК-272н	Кисель из концентрата полусладкий	40/160	25/110	1,96	1,40	4,55	3,04	11,81	8,45	96,02	66,76	21,87	16,36
	Хлеб "Рябинушка"	200	150	21,68	13,55	9,97	6,22	50,86	31,79	379,86	237,36	1,44	0,90
	Хлеб "Дарницкий"	1/20	1/20	0,10	0,07	0,18	0,18	21,48	16,11	86,30	64,73	0,96	0,72
	Уплотненный полдник	1/46,4	1/40,6	1,52	1,52	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,43		
	Десерт фруктовый Апельсин	100	100	27,54	19,14	20,04	13,15	54,28	42,21	507,66	363,80	66,37	64,25
ТТК-868	Пудинг Творожный с яблоком с соусом смет Сладостена	150/50	100/30	0,90	0,90	8,40	8,40	37,20	37,20	37,20	37,20	60,00	60,00
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	24,92	16,57	19,81	12,93	30,88	20,08	401,50	263,02	6,27	4,17
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	0,20	0,15	0,05	0,04	5,06	3,79	21,50	16,12	0,10	0,08
	Итого стоимость питания в день	146,5 руб.	116,32 руб.										

Итого стоимость питания в день

Чт, 08 июня 23

	Завтрак	58,05	48,58	65,75	54,4	220,66	183,1	1 706,68	1 416,29	62,61	51,16		
	Бутерброд с сыром	14,61	11,38	13,82	11,57	66,08	49,48	447,17	347,56	3,08	2,38		
3/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	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	Кофейный напиток полусладкий	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	Простокваша	180	150	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62
698/04	Второй завтрак			3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
	Обед			3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
ТТК-514н	Салат из белокочанной капусты со свеклой	50	40	28,23	22,66	38,09	29,58	91,65	75,19	822,32	657,64	58,40	47,68
148/04	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	0,98	0,79	5,05	4,04	3,57	2,86	63,69	50,95	24,55	19,64
ТТК-650	Котлеты "Челнинские"	75	50	8,00	7,46	7,18	6,66	10,85	8,14	140,01	122,36	1,93	1,63
216/04	Картофель тушеный	130	110	12,09	8,06	17,09	11,42	9,30	6,20	239,33	159,79	0,56	0,37
ТТК-265н	Компот "Фруктово-ягодный" из красной смородины	200	150	2,92	2,47	8,04	6,80	21,35	18,06	169,42	143,36	26,23	22,20
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	0,12	0,09	0,04	0,03	16,55	12,41	67,06	50,29	5,13	3,84
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Уплотненный полдник			2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,43		
340/04	Омлет натуральный	53	53	12,15	11,48	11,20	10,61	58,60	54,10	383,91	357,81	0,29	0,26
510/04	Каша пшеничная вязкая	130	110	5,06	5,06	6,39	6,39	0,75	0,75	80,75	80,75	0,19	0,19
ТТК-475	Чай полусладкий с пряником	200/28	150/28	4,03	3,41	3,80	3,22	21,10	17,86	134,75	114,02		
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,54	1,49	0,83	0,82	26,81	25,55	120,95	115,58	0,10	0,07
	Итого стоимость питания в день	146,5 руб.	116,32 руб.										

Итого стоимость питания в день

Пт, 09 июня 23

	Завтрак	48,24	39,08	58,95	48,55	226,2	180,28	1 628,34	1 314,34	111,69	88,42		
1/04	Бутерброд с маслом	12,61	9,54	13,89	12,02	67,12	50,36	443,98	347,70	3,46	2,70		
	Итого стоимость питания в день	30/5	20/5	2,27	1,53	4,49	4,21	15,49	10,35	111,49	85,37		

311/04	Каша молочная рисовая жидкая с маслом	200/3	150/3	7,29	5,47	6,88	5,71	36,35	27,27	236,49	182,33	2,29	1,72
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	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			27,36	22,27	34,98	28,19	86,21	70,73	769,13	625,80	93,53	71,05
ТТК-359н	Винегрет из овощей	50	40	1,27	1,01	3,55	2,84	4,54	3,63	55,22	44,18	7,32	5,86
ТТК-425	Суп "Гречинское зернышко" с мясными фрикадельками	200/25	150/25	8,44	7,83	8,32	7,84	16,86	12,74	175,10	152,87	13,84	10,54
	"Останкинские"												
ТТК-404к	Голубцы с мясом и рисом "Ленивые"	200	150	12,63	8,89	22,42	16,88	16,60	11,69	318,68	234,26	68,05	51,05
707/04	Сок фруктовый разливной	180	150	0,90	0,75			18,18	15,15	76,32	63,60	4,32	3,60
	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			5,21	4,21	7,44	5,70	67,81	54,13	359,00	284,61	13,33	13,30
	Десерт фруктовый Яблоко	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,00	9,00	41,20	41,20	10,00	10,00
ТТК-1019	Сырники "Домашние" из творога с соусом сметанным	150/30	100/30	3,02	2,07	6,80	5,07	33,59	23,67	207,61	148,57	0,03	0,03
	"Сластёна"												
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	146,5 руб.	116,32 руб.	296,18	248,77	284,3	239,59	1 158,5	965,36	8 377,48	7 012,66	405,66	336,59
	Итого												

Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.				Энерг. ценность,		Витамины,	
Дет. сад	Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Дет. сад	Ясли	С	С	Мг
Дет. Ясли	Дет. Ясли	Дет. сад	Дет. сад	Дет. Ясли	Дет. сад	Дет. Ясли	Дет. Ясли	Дет. Ясли	
сад	сад	сад	сад	сад	сад	сад	сад	сад	
271,20	210,25	300,30	236,45	1305,4	1015,1	9027,50	7016,65	250,85	226,15
54,24	42,05	60,06	47,29	261,07	203,01	1 805,50	1 403,33	50,17	45,23

ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:
В среднем в день:

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

Г. П. МАСЛОВ

А. П. ИГНАТОВ

П. П. ЗАХАРОВ