

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

В.П. Гусева

"СОГЛАСОВАНО"

(подпись)

(ФИО руководителя)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 26.09.2022г. по 30.09.2022 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, 26 сентября 22 |                                                |                  |             |                      |       |          |       |          |        |                       |          |              |       |
| Завтрак            |                                                |                  |             |                      |       |          |       |          |        |                       |          |              |       |
| 3/04               | Бутерброд с маслом с сыром                     | 30/5/10          | 20/5/5      | 44,98                | 37,74 | 51,6     | 45,19 | 257,75   | 214,3  | 1 675,35              | 1 414,88 | 36,03        | 28,42 |
| 510/04             | Каша гречневая вязкая                          | 180              | 150         | 10,86                | 7,71  | 12,94    | 10,33 | 66,80    | 51,32  | 427,17                | 329,10   | 1,04         | 0,76  |
| ТТК-272н           | Кисель из концентрата полусладкий              | 200              | 150         | 5,19                 | 2,99  | 7,24     | 5,58  | 15,49    | 10,35  | 147,90                | 103,57   | 0,08         | 0,04  |
|                    |                                                |                  |             | 5,57                 | 4,65  | 5,70     | 4,75  | 29,83    | 24,86  | 192,97                | 160,80   |              |       |
|                    |                                                |                  |             | 0,10                 | 0,07  |          |       | 21,48    | 16,11  | 86,30                 | 64,73    | 0,96         | 0,72  |
| 697/04             | Молоко кипяченое                               | 160              | 120         | 4,90                 | 3,67  | 4,22     | 3,17  | 8,10     | 6,08   | 89,97                 | 67,48    | 2,19         | 1,65  |
|                    |                                                |                  |             | 4,90                 | 3,67  | 4,22     | 3,17  | 8,10     | 6,08   | 89,97                 | 67,48    | 2,19         | 1,65  |
|                    |                                                |                  |             | 21,26                | 18,99 | 25,93    | 23,75 | 108,61   | 89,11  | 752,84                | 646,14   | 28,00        | 21,93 |
| ТТК-359н           | Винегрет из овощей                             | 50               | 40          | 1,18                 | 0,95  | 3,55     | 2,84  | 4,09     | 3,27   | 53,03                 | 42,42    | 6,23         | 4,99  |
| 133/04             | Суп картофельный с рыбными консервами          | 200/25           | 150/25      | 5,69                 | 5,18  | 4,47     | 3,93  | 15,98    | 11,98  | 126,85                | 104,04   | 19,28        | 14,46 |
| 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  |
| 516/04             | Макаронные изделия отварные                    | 130              | 100         | 4,64                 | 3,57  | 3,78     | 2,91  | 31,67    | 24,36  | 179,30                | 137,92   |              |       |
| ТТК-257н           | Напиток "Плодово-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 "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                            |                  |             | 7,96                 | 7,37  | 8,51     | 7,94  | 74,24    | 67,79  | 405,37                | 372,16   | 4,80         | 4,08  |
| 510/04             | Каша ячневая (вязкая) с сахаром                | 150              | 130         | 3,28                 | 2,84  | 4,23     | 3,66  | 25,62    | 22,20  | 153,65                | 133,16   |              |       |
| 707/04             | Сок фруктовый разливной                        | 200              | 170         | 1,00                 | 0,85  |          |       | 20,20    | 17,17  | 84,80                 | 72,08    | 4,80         | 4,08  |
|                    | Хлеб "Рябинушка"                               | 1/20             | 1/20        | 1,52                 | 1,52  | 0,18     | 0,18  | 9,94     | 9,94   | 47,46                 | 47,46    |              |       |
| ТТК-814            | Булочка домашняя                               | 30               | 30          | 2,16                 | 2,16  | 4,10     | 4,10  | 18,48    | 18,48  | 119,46                | 119,46   |              |       |
|                    | Итого стоимость питания в день                 | 126,79 руб.      | 100,66 руб. |                      |       |          |       |          |        |                       |          |              |       |
| Вт, 27 сентября 22 |                                                |                  |             |                      |       |          |       |          |        |                       |          |              |       |
| Завтрак            |                                                |                  |             |                      |       |          |       |          |        |                       |          |              |       |
| 1/04               | Бутерброд с маслом                             | 30/5             | 20/5        | 79,14                | 61,7  | 55,48    | 46,24 | 252,53   | 201,03 | 1 826,04              | 1 466,92 | 80,27        | 65,43 |
|                    |                                                |                  |             | 11,93                | 9,03  | 14,17    | 12,35 | 57,24    | 42,95  | 404,32                | 319,03   | 2,54         | 2,01  |
|                    |                                                |                  |             | 2,25                 | 1,51  | 4,99     | 4,71  | 15,46    | 10,33  | 115,82                | 89,69    |              |       |
| 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-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  |
|                    |                                                |                  |             | 4,90                 | 3,06  | 4,22     | 2,64  | 6,92     | 4,33   | 85,24                 | 53,28    | 1,35         | 0,84  |
| 698/04             | Простокваша                                    | 160              | 100         | 4,90                 | 3,06  | 4,22     | 2,64  | 6,92     | 4,33   | 85,24                 | 53,28    | 1,35         | 0,84  |
|                    |                                                |                  |             | 28,78                | 24,20 | 24,39    | 20,76 | 101,22   | 83,91  | 739,46                | 619,23   | 67,72        | 54,09 |
| 52/11              | Салат из отварной свеклы                       | 50               | 40          | 0,91                 | 0,73  | 3,06     | 2,45  | 5,33     | 4,27   | 52,49                 | 41,99    | 6,06         | 4,85  |
| 135/04             | Суп из овощей со сметаной                      | 200/5            | 150/5       | 1,88                 | 1,45  | 3,88     | 3,10  | 9,88     | 7,49   | 81,96                 | 63,68    | 19,70        | 14,81 |
| ТТК - 394          | Запеканка картофельная с мясом птицы с маслом  | 180/5            | 150/5       | 21,73                | 18,12 | 16,74    | 14,57 | 31,55    | 26,31  | 363,75                | 308,83   | 35,56        | 29,63 |
| ТТК-950            | Напиток "Лимонный"                             | 200              | 150         | 0,14                 | 0,11  | 0,02     | 0,01  | 24,43    | 18,32  | 98,45                 | 73,84    | 6,40         | 4,80  |
|                    | Хлеб "Рябинушка"                               | 1/20             | 1/20        | 1,52                 | 1,52  | 0,18     | 0,18  | 9,94     | 9,94   | 47,46                 | 47,46    |              |       |



|                                |                                                 |        |        |       |       |       |       |        |        |          |          |       |       |
|--------------------------------|-------------------------------------------------|--------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|----------|----------|-------|-------|
| Хлеб "Дарницкий"               |                                                 |        |        |       |       |       |       |        |        |          |          |       |       |
| Уплотненный полдник            |                                                 |        |        |       |       |       |       |        |        |          |          |       |       |
| ТТК-302н                       | Десерт фруктовый Яблоко                         | 1/46,4 | 1/40,6 | 2,60  | 2,27  | 0,51  | 0,45  | 20,09  | 17,58  | 95,35    | 83,43    | 8,66  | 8,49  |
| ТТК-253н                       | Галушки "Снежок"                                | 80     | 80     | 33,53 | 25,41 | 12,70 | 10,49 | 87,15  | 69,84  | 597,02   | 475,38   | 8,00  | 8,00  |
|                                | Чай "Витаминный" полусладкий                    | 195/5  | 145/5  | 30,93 | 23,00 | 12,14 | 9,95  | 52,39  | 39,48  | 442,54   | 339,42   | 0,57  | 0,42  |
|                                | Хлеб "Рябинушка"                                | 200    | 150    | 0,76  | 0,57  | 0,06  | 0,04  | 17,62  | 13,22  | 74,06    | 55,54    | 0,09  | 0,07  |
|                                |                                                 | 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. 28 сентября 22             |                                                 |        |        |       |       |       |       |        |        |          |          |       |       |
| Завтрак                        |                                                 |        |        |       |       |       |       |        |        |          |          |       |       |
| 3/04                           | Бутерброд с маслом с сыром                      |        |        | 46,6  | 35,69 | 48,63 | 36,62 | 225,96 | 188,15 | 1 527,97 | 1 224,78 | 61,53 | 53,83 |
| 3/04                           | Бутерброд с сыром                               | 30/5/5 |        | 12,43 | 9,69  | 12,67 | 7,76  | 62,40  | 46,64  | 413,40   | 295,03   | 2,16  | 1,69  |
| 311/04                         | Каша молочная манная (жидкая) с маслом          |        | 20/5   | 3,74  |       | 5,91  |       | 15,49  |        | 130,13   |          | 0,04  |       |
| ТТК-343н                       | Кофейный напиток полусладкий                    | 200/3  | 150/3  | 6,17  | 4,64  | 5,12  | 4,39  | 32,97  | 24,74  | 202,66   | 156,96   | 1,37  | 1,03  |
|                                | Второй завтрак                                  | 180    | 150    | 2,52  | 2,10  | 1,64  | 1,37  | 13,94  | 11,62  | 80,61    | 67,17    | 0,75  | 0,62  |
|                                | Молоко кипяченое с печеньем сахарным            | 180/20 | 150/20 | 8,51  | 7,59  | 11,11 | 10,32 | 28,32  | 26,80  | 247,26   | 230,39   | 2,47  | 2,06  |
|                                | Обед                                            |        |        | 8,51  | 7,59  | 11,11 | 10,32 | 28,32  | 26,80  | 247,26   | 230,39   | 2,47  | 2,06  |
| ТТК-294н                       | Огулец свежий порциями                          | 50     | 40     | 18,24 | 11,40 | 17,29 | 11,30 | 88,57  | 69,91  | 582,88   | 426,97   | 25,67 | 19,04 |
| 110/04                         | Борщ с капустой и картофелем со сметаной        | 200/5  | 150/5  | 0,41  | 0,33  | 0,05  | 0,04  | 1,28   | 1,02   | 7,19     | 5,75     | 5,10  | 4,08  |
| ТТК-1026                       | Биточки рыбные "Морячка"                        | 75     | 50     | 1,72  | 1,32  | 3,79  | 3,03  | 11,21  | 8,14   | 85,86    | 65,15    | 19,19 | 14,37 |
| 510/04                         | Каша рисовая вязкая                             | 130    | 100    | 9,99  | 4,42  | 9,18  | 4,85  | 5,48   | 2,42   | 144,53   | 71,01    | 1,38  | 0,59  |
| ТТК-268н                       | Компот "Плодово-ягодный" из изюма               | 200    | 150    | 2,00  | 1,54  | 3,58  | 2,75  | 19,91  | 15,31  | 119,85   | 92,19    |       |       |
|                                | 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            |                                                 |        |        |       |       |       |       |        |        |          |          |       |       |
| 151/10                         | Десерт фруктовый Яблоко                         | 90     | 90     | 7,42  | 7,01  | 7,56  | 7,24  | 46,67  | 44,80  | 284,43   | 272,39   | 31,23 | 31,04 |
| ТТК-437                        | Картофель запеченный в сметанном соусе          | 150    | 150    | 0,36  | 0,36  | 0,36  | 0,36  | 8,10   | 8,10   | 37,08    | 37,08    | 9,00  | 9,00  |
|                                | Чай полусладкий с молоком                       | 200    | 150    | 3,89  | 3,89  | 5,72  | 5,72  | 21,17  | 21,17  | 151,74   | 151,74   | 21,48 | 21,48 |
|                                | Хлеб "Рябинушка"                                | 1/20   | 1/20   | 1,65  | 1,24  | 1,30  | 0,98  | 7,46   | 5,59   | 48,15    | 36,11    | 0,75  | 0,56  |
| Итого стоимость питания в день |                                                 |        |        |       |       |       |       |        |        |          |          |       |       |
| Чт. 29 сентября 22             |                                                 |        |        |       |       |       |       |        |        |          |          |       |       |
| Завтрак                        |                                                 |        |        |       |       |       |       |        |        |          |          |       |       |
| 3/04                           | Бутерброд с сыром                               |        |        | 71,51 | 56,45 | 59,78 | 50,56 | 218,19 | 174,04 | 1 696,98 | 1 377,16 | 59,67 | 46,24 |
| 311/04                         | Каша молочная пшеничная с маслом                | 30/5   | 20/5   | 14,72 | 11,49 | 10,09 | 8,64  | 68,21  | 51,16  | 422,61   | 328,38   | 2,52  | 2,00  |
| ТТК-198н                       | Какао с молоком полусладкое                     | 200/3  | 150/3  | 3,68  | 2,95  | 2,24  | 2,00  | 15,42  | 10,28  | 96,59    | 70,90    | 0,04  | 0,04  |
|                                | Второй завтрак                                  | 180    | 150    | 7,99  | 6,00  | 5,33  | 4,54  | 37,51  | 28,14  | 230,02   | 177,48   | 1,31  | 0,98  |
| 698/04                         | Простокваша                                     |        |        | 3,05  | 2,54  | 2,52  | 2,10  | 15,28  | 12,74  | 96,00    | 80,00    | 1,17  | 0,98  |
|                                | Обед                                            | 160    | 100    | 4,90  | 3,06  | 4,22  | 2,64  | 6,92   | 4,33   | 85,24    | 53,28    | 1,35  | 0,84  |
| 20/2010                        | Салат из белокочанной капусты                   |        |        | 4,90  | 3,06  | 4,22  | 2,64  | 6,92   | 4,33   | 85,24    | 53,28    | 1,35  | 0,84  |
| 148/04                         | Суп-лапша домашняя с мякотью птицы              | 50     | 40     | 24,07 | 22,25 | 27,65 | 25,57 | 91,44  | 76,01  | 710,96   | 623,27   | 49,43 | 39,14 |
| ТТК-131                        | Зразы "Школьные"                                | 200/15 | 150/15 | 0,78  | 0,62  | 2,54  | 2,03  | 4,69   | 3,76   | 44,75    | 35,80    | 23,92 | 19,14 |
| 520/04                         | Пюре картофельное                               | 60     | 60     | 8,00  | 7,46  | 7,18  | 6,66  | 10,85  | 8,14   | 140,01   | 122,36   | 1,93  | 1,63  |
| ТТК-257н                       | Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов        | 130    | 100    | 7,81  | 7,81  | 12,96 | 12,96 | 7,27   | 7,27   | 177,00   | 177,00   | 1,04  | 1,04  |
|                                | Хлеб "Рябинушка"                                | 200    | 150    | 2,86  | 2,20  | 4,26  | 3,27  | 19,17  | 14,75  | 126,47   | 97,28    | 22,51 | 17,31 |
|                                | Хлеб "Дарницкий"                                | 1/20   | 1/20   | 0,50  | 0,37  | 0,02  | 0,02  | 19,43  | 14,57  | 79,92    | 59,94    | 0,03  | 0,02  |
|                                | Уплотненный полдник                             | 1/46,4 | 1/40,6 | 1,52  | 1,52  | 0,18  | 0,18  | 9,94   | 9,94   | 47,46    | 47,46    |       |       |
| 240/10                         | Пудинг из творога с яблоками с соусом сметанным |        |        | 2,60  | 2,27  | 0,51  | 0,45  | 20,09  | 17,58  | 95,35    | 83,43    |       |       |
| ТТК-475                        | Чай полусладкий с печеньем сахарным             | 150/30 | 100/30 | 27,82 | 19,65 | 17,82 | 13,71 | 51,62  | 42,54  | 478,17   | 372,23   | 6,37  | 4,26  |
|                                | Хлеб "Рябинушка"                                | 200/18 | 150/18 | 24,75 | 16,63 | 14,73 | 10,63 | 27,98  | 20,17  | 343,50   | 242,93   | 6,27  | 4,19  |
|                                |                                                 | 1/20   | 1/20   | 1,55  | 1,50  | 2,91  | 2,90  | 13,70  | 12,43  | 87,21    | 81,84    | 0,10  | 0,07  |
| Итого стоимость питания в день |                                                 |        |        |       |       |       |       |        |        |          |          |       |       |
| Пт. 30 сентября 22             |                                                 |        |        |       |       |       |       |        |        |          |          |       |       |
| Завтрак                        |                                                 |        |        |       |       |       |       |        |        |          |          |       |       |
|                                |                                                 |        |        | 69,24 | 55,07 | 58,21 | 45,75 | 233,52 | 186,46 | 1 734,84 | 1 377,61 | 46,43 | 36,28 |
|                                |                                                 |        |        | 11,02 | 7,20  | 11,74 | 8,72  | 47,29  | 35,36  | 338,89   | 248,65   | 2,09  | 1,60  |



|          |                                                                     |             |             |        |       |        |         |        |          |        |       |
|----------|---------------------------------------------------------------------|-------------|-------------|--------|-------|--------|---------|--------|----------|--------|-------|
| 3/04     | Бутерброд с маслом с сыром                                          | 30/5/5      | 3,74        | 1,53   | 5,91  | 4,21   | 15,49   | 130,13 | 85,37    | 0,04   |       |
| 1/04     | Бутерброд с маслом                                                  | 20/5        |             | 3,57   | 4,19  | 3,14   | 17,86   | 10,35  | 96,11    | 1,30   | 0,98  |
| 161/04   | Суп молочный с пшеном                                               | 200         | 4,76        | 2,10   | 1,64  | 1,37   | 13,94   | 128,15 | 67,17    | 0,75   | 0,62  |
| ТТК-343н | Кофейный напиток полусладкий                                        | 180         | 2,52        | 3,73   | 4,22  | 3,17   | 8,36    | 80,61  | 58,49    | 6,75   | 5,06  |
|          | Второй завтрак                                                      |             | 4,98        | 3,73   | 4,22  | 3,17   | 8,36    | 91,32  | 58,49    | 6,75   | 5,06  |
| 697/04   | Молоко кипяченое                                                    | 160         | 4,98        | 3,73   | 4,22  | 3,17   | 8,36    | 91,32  | 706,67   | 21,49  | 19,35 |
|          | Обед                                                                |             | 40,20       | 32,00  | 31,23 | 23,71  | 111,49  | 887,78 | 20,92    | 2,40   | 1,92  |
| 62/11    | Салат из моркови с сахаром                                          | 50          | 0,62        | 0,50   | 0,05  | 0,04   | 5,81    | 4,65   | 164,49   | 13,99  | 13,65 |
| 132/2004 | Рассольник Ленинградский со сметаной с фрикадельками "Останкинские" | 200/25/5    | 8,49        | 8,20   | 8,90  | 8,52   | 14,87   | 173,56 |          |        |       |
| ТТК-739к | Котлеты "Татарские"                                                 | 75          | 12,09       | 8,06   | 17,09 | 11,06  | 9,30    | 6,20   | 239,33   | 0,56   | 0,37  |
| ТТК-446  | Пюре из бобовых "Янтарное"                                          | 130         | 14,70       | 11,31  | 4,32  | 3,32   | 32,42   | 24,94  | 174,88   |        |       |
| ТТК-271н | Компот "Плодово-ягодный" из свежих яблок                            | 200         | 0,18        | 0,14   | 0,18  | 0,14   | 19,06   | 14,29  | 58,94    | 4,54   | 3,41  |
|          | Хлеб "Рябинушка"                                                    | 1/20        | 1,52        | 1,52   | 0,18  | 0,18   | 9,94    | 9,94   | 47,46    |        |       |
|          | Хлеб "Дарницкий"                                                    | 1/40,6      | 2,60        | 2,27   | 0,51  | 0,45   | 20,09   | 17,58  | 83,43    |        |       |
|          | Уплотненный полдник                                                 |             | 13,04       | 12,14  | 11,02 | 10,15  | 66,38   | 53,49  | 353,80   | 16,10  | 10,27 |
| 337/04   | Десерт фруктовый Яблоко                                             | 128         | 0,51        | 0,28   | 0,51  | 0,28   | 11,52   | 6,30   | 28,84    | 12,80  | 7,00  |
| 510/04   | Яйцо вареное                                                        | 1 шт        | 6,10        | 6,10   | 5,52  | 5,52   | 0,34    | 0,34   | 75,41    |        |       |
| 686/04   | Каша гречневая (вязкая) с сахаром                                   | 150         | 4,64        | 4,02   | 4,75  | 4,12   | 29,30   | 25,39  | 154,71   |        |       |
|          | Чай с лимоном                                                       | 200/7       | 0,27        | 0,22   | 0,06  | 0,05   | 15,28   | 11,52  | 62,73    | 3,30   | 3,27  |
|          | Хлеб "Рябинушка"                                                    | 1/20        | 1,52        | 1,52   | 0,18  | 0,18   | 9,94    | 9,94   | 47,46    |        |       |
|          | Итого стоимость питания в день                                      | 126,79 руб. | 100,66 руб. |        |       |        |         |        |          |        |       |
|          | Итого                                                               |             | 311,47      | 246,65 | 273,7 | 224,36 | 1 188,0 | 963,98 | 6 861,35 | 283,93 | 230,2 |