

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

В.П. Гусева

"СОГЛАСОВАНО"

МБОУ "Детский сад "Юнона"

(МДОУ)

Т.Г. Королева

(ФИО руководителя)

(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 31.10.2022г. по 03.11.2022 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, 31 октября 22													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	79,46	53,12	47,3	34,55	251,68	194,34	1750,31	1300,81	56,64	44,16
516/04	Макаронные изделия отварные	180	150	10,33	8,48	11,20	10,02	65,13	51,24	402,62	329,06	2,59	1,95
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200	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	160	120	6,43	5,36	5,24	4,37	43,85	36,54	248,26	206,89		
				0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17	2,55	1,91
				4,98	3,73	4,22	3,17	8,36	6,27	91,32	68,49	6,75	5,06
				4,98	3,73	4,22	3,17	8,36	6,27	91,32	68,49	6,75	5,06
Обед													
ТТК-1025	Салат "Радужный"	50	40	34,48	20,51	18,78	12,34	104,53	80,33	725,12	514,46	39,46	29,59
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	150/5	1,28	1,02	2,59	2,07	5,59	4,48	50,84	40,67	5,01	4,00
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	25/100	1,63	1,26	3,81	3,04	7,42	5,61	70,49	54,86	30,45	22,84
ТТК-272н	Кисель из концентрата полусладкий	200	150	27,35	14,37	11,69	6,60	40,01	26,61	374,68	223,31	3,04	2,03
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	0,10	0,07			21,48	16,11	86,30	64,73	0,96	0,72
	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													
	Десерт фруктовый Яблоко	70	70	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,43		
ТТК-341	Запеканка "Сладкоежка" с соусом сметанным "Сластена"	150/20	100/15	29,67	20,40	13,10	9,02	73,66	56,50	531,25	388,80	7,84	7,56
ТТК-268н	Компот "Плодово-ягодный" из изюма	200	150	0,28	0,28	0,28	0,28	6,30	6,30	28,84	28,84	7,00	7,00
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	27,87	18,60	12,64	8,56	36,76	24,76	372,31	250,52	0,84	0,56
				1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
Итого стоимость питания в день													
Вт, 01 ноября 22													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	50,65	43,92	50,47	45,42	243,88	206,19	1632,39	1409,36	44,56	36,85
311/04	Каша молочная кукурузная с маслом	200/3	150/3	13,00	10,18	9,93	8,55	70,53	54,39	423,57	335,31	2,52	2,13
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,68	2,93	2,24	2,03	15,42	11,77	96,59	77,11	0,04	0,17
Второй завтрак													
698/04	Ацидофилин	150	120	6,27	4,71	5,17	4,42	39,83	29,88	230,98	178,20	1,31	0,98
				3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
Обед													
ТТК-359н	Винегрет из овощей	50	40	4,54	3,63	4,05	3,24	6,48	5,18	80,51	64,41	1,30	1,04
139/04	Суп картофельный с бобовыми	200	150	4,54	3,63	4,05	3,24	6,48	5,18	80,51	64,41	1,30	1,04
ТТК №730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/50	50/50	17,86	15,53	19,46	17,20	94,21	79,08	623,40	533,24	40,64	33,60
520/04	Пюре картофельное	130	110	1,19	0,95	3,55	2,84	4,13	3,30	53,20	42,56	6,33	5,07
ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	150	4,74	3,55	3,34	2,51	15,91	11,93	112,65	84,49	9,20	6,90
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	4,45	4,45	7,60	7,60	5,54	5,54	108,35	108,35	2,57	2,57
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,86	2,42	4,26	3,60	19,17	16,22	126,47	107,01	22,51	19,04
				0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
				1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
				2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,43		

Уплотненный полдник		1 шт	1 шт	15,25	14,58	17,05	16,43	72,66	67,54	504,91	476,40	0,10	0,08
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04						
510/04	Каша пшеничная (вязкая) с сахаром	150	130	4,65	4,03	4,39	3,80	28,84	24,99	67,44	67,44		
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,20	0,15	0,05	0,04	5,06	3,79	173,45	150,32		
470/10	Булочка дорожная	50	50	3,36	3,36	7,37	7,37	28,82	28,82	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	195,06	47,46		
Итого стоимость питания в день													
Ср, 02 ноября 22													
Завтрак													
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	20/5	11,40	8,59	11,46	10,20	63,25	47,34	1 684,2	1 377,14	122	102,22
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	2,27	1,53	4,49	4,21	15,49	10,35	401,80	315,43	4,97	3,79
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	150	6,61	4,96	5,33	4,62	33,82	25,37	111,49	85,37		
	Второй завтрак			2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	209,70	162,89	4,22	3,17
697/04	Молоко кипяченое	160	120	4,98	3,73	4,22	3,17	8,36	6,27	80,61	67,17	0,75	0,62
	Обед			4,98	3,73	4,22	3,17	8,36	6,27	91,32	68,49	6,75	5,06
148/04	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	27,57	26,16	28,46	27,33	88,47	74,90	720,18	650,19	102,40	85,74
ТТК-739к	Котлеты "Татарские"	75	75	8,00	7,46	7,18	6,66	10,85	8,14	140,01	122,36	1,93	1,63
534/04	Капуста тушеная	130	110	12,09	12,09	17,09	17,09	9,30	9,30	239,33	239,33	0,56	0,56
ТТК-294н	Помидоры свежие (доп. гарнир)	15	10	3,14	2,66	3,48	2,94	13,25	11,21	96,83	81,93	91,44	77,37
ТТК-950	Напиток "Лимонный"	200	150	0,08	0,05			0,61	0,41	2,75	1,84	2,07	1,38
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	0,14	0,11	0,02	0,01	24,43	18,32	98,45	73,84	6,40	4,80
	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		
ТТК-1019	Десерт фруктовый Яблоко	70	70	33,48	23,03	12,35	8,36	56,46	43,93	470,90	343,03	7,88	7,63
ТТК-475	Сырники "Домашние" из творога с соусом молочным сладким	150/15	100/15	0,28	0,28	0,28	0,28	6,30	6,30	28,84	28,84	7,00	7,00
	Чай полусладкий	200	150	31,48	21,08	11,84	7,86	35,16	23,90	373,10	250,61	0,78	0,55
	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													
Чт, 03 ноября 22													
Завтрак													
2/04	Бутерброд с повидлом	30/10/5	30/10/5	49,93	38,44	45,7	37,87	237,26	197,49	1 559,99	1 284,39	56,75	48,63
161/04	Суп молочный с крупой "Геркулес"	200	150	8,24	6,75	10,68	9,27	42,74	37,56	299,98	260,58	2,10	1,59
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	2,29	2,29	5,00	5,00	22,06	22,06	142,36	142,36	0,05	0,05
	Второй завтрак			4,30	3,22	4,38	3,29	13,22	9,91	109,47	82,11	1,30	0,98
698/04	Ацидофилин	150	120	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56
	Обед			4,54	3,63	4,05	3,24	6,48	5,18	80,51	64,41	1,30	1,04
р. № 55 от 26.09.0	Салат из моркови с изюмом	50	40	4,54	3,63	4,05	3,24	6,48	5,18	80,51	64,41	1,30	1,04
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	28,19	19,20	19,66	14,05	120,41	89,14	771,37	559,75	27,07	20,20
ТТК-247н	Гречка с говядиной "Батир"	40/160	25/100	0,49	0,40	5,03	4,03	9,25	7,40	84,26	67,41	1,90	1,52
ТТК-271н	Компот "Фруктово-ягодный" из свежих яблок	200	150	1,72	1,32	3,79	3,03	11,21	8,14	85,86	65,15	19,19	14,37
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	21,68	13,55	9,97	6,22	50,86	31,79	379,86	237,36	1,44	0,90
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	0,18	0,14	0,18	0,14	19,06	14,29	78,58	58,94	4,54	3,41
	Уплотненный полдник			1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
151/10	Картофель запеченный в сметанном соусе	150	150	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,43		
	Сок фруктовый с печеным сахарным в ассортименте	200/17	180/17	8,96	8,86	11,31	11,31	67,63	65,61	408,13	399,65	26,28	25,80
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	3,89	3,89	5,72	5,72	21,17	21,17	151,74	151,74	21,48	21,48
	Итого			3,55	3,45	5,41	5,41	36,52	34,50	208,93	200,45	4,80	4,32
Итого стоимость питания в день													
Итого													
		126,79 руб.	100,66 руб.	257,47	196,99	199,96	166,9	949,36	770,46	6 626,89	5 371,7	279,95	231,86

Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг			
		Дет. сад		Ясли		Белки		Жиры		Углеводы		Дет. сад	Ясли
Дет. сад	Ясли												
				217,48	169,00	240,36	189,48	1045,4	812,88	7226,20	5697,40	200,36	180,44
				54,37	42,25	60,09	47,37	261,34	203,22	1 806,55	1 424,35	50,09	45,11
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:													
В среднем в день:													

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

Г.Н. Мартынова

А.Р. Гатина

Л.Р. Загидуллина