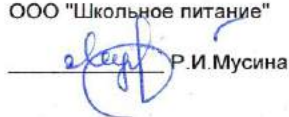
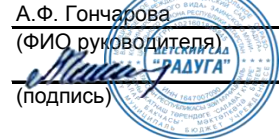


"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"
 Р.И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"
МБДОУ РАДУГА
(№ДОУ)
А.Ф. Гончарова
(ФИО руководителя)
 РАДУГА
(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 15.01.2024г. по 19.01.2024 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	С	
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли			Дет. сад	Ясли
Пн, 15 января 24				60,39	51,3	66,56	55,61	245,7	204,79	1 823,34	1 524,8	65,09	49,24
Завтрак				14,01	10,69	11,96	9,79	52,76	38,29	374,76	284,05	3,08	2,32
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 "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	8,68	6,51	8,42	6,86	29,88	22,42	230,02	177,48	2,29	1,72
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56
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				27,06	22,10	40,12	31,99	91,90	73,17	836,82	668,95	60,25	45,18
ТТК-130	Салат "Метелка"	50	40	0,82	0,64	5,05	4,04	3,21	2,50	61,51	48,90	17,63	14,03
148/04	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	8,00	7,46	7,18	6,66	10,85	8,14	140,01	122,36	1,93	1,63
ТТК-393К	Запеканка картофельная с мясом "По- домашнему" с маслом	180/5	130/5	14,00	10,12	27,16	20,63	31,26	22,60	425,43	316,51	35,56	25,68
ТТК-265н	Компот "Фруктово-ягодный" из красной смородины	200	150	0,12	0,09	0,04	0,03	16,55	12,41	67,06	50,29	5,13	3,84
	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				16,26	15,45	11,84	11,19	95,98	88,27	555,53	515,57	0,39	0,37
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
510/04	Каша гречневая вязкая	130	110	4,03	3,41	4,12	3,49	21,54	18,23	139,36	117,92		
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	0,76	0,57	0,06	0,04	17,62	13,22	74,06	55,54	0,09	0,07
ТТК-458	Ватрушка с повидлом	75	75	4,43	4,43	2,44	2,44	46,88	46,88	227,21	227,21	0,30	0,30
	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				152,36 руб.	120,97 руб.								
Вт, 16 января 24				81,39	66,53	62,11	55,06	271,35	224,21	1 969,9	1 658,39	63,15	52,1
Завтрак				15,19	11,84	15,72	13,73	69,29	51,99	479,39	378,91	3,45	2,70
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	3,74	3,00	5,91	5,62	15,49	10,35	130,13	104,00	0,04	0,04
ТТК-301	Каша молочная "Дружба" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	8,40	6,30	7,29	6,01	38,52	28,90	253,26	194,91	2,24	1,68
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	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				27,68	24,15	26,05	23,19	103,34	87,68	758,53	655,99	44,19	34,07
52/11	Салат из свеклы отварной	50	40	0,97	0,78	3,06	2,45	5,68	4,55	54,17	43,34	6,46	5,17
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	150/5	1,76	1,26	4,56	3,04	7,60	5,61	78,48	54,86	30,47	22,84
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
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	110	14,70	12,44	4,32	3,65	32,42	27,44	227,34	192,37		
707/04	Сок фруктовый разливной	200	150	1,00	0,75			20,20	15,15	84,80	63,60	4,80	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				35,46	27,48	17,70	15,50	94,39	80,21	678,70	570,21	14,67	14,49
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	140	140	0,56	0,56	0,56	0,56	12,60	12,60	57,68	57,68	14,00	14,00
ТТК-302н	Галушки "Снежок"	200	150	30,93	23,00	12,14	9,95	52,39	39,48	442,54	339,42	0,57	0,42
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/15	150/15	2,45	2,40	4,82	4,81	19,46	18,19	131,02	125,65	0,10	0,07
	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		152,36 руб.	120,97 руб.										
Ср, 17 января 24													
Завтрак				47,24	42,36	44,44	41,54	211,69	178,32	1 435,71	1 256,47	53,66	43,39
				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	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				19,57	18,28	20,47	19,34	91,68	77,09	629,18	555,45	46,57	37,76
62/11	Салат из моркови с сахаром	50	40	0,62	0,50	0,05	0,04	5,81	4,65	26,16	20,92	2,40	1,92
110/2004	Борщ с капустой и картофелем с мясными фрикадельками "Останкинские" со сметаной	200/25/5	150/25/5	7,74	7,34	8,75	8,35	11,81	9,00	156,92	140,47	20,09	15,23
ТТК №730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	50/30	4,23	4,23	6,72	6,72	4,20	4,20	94,18	94,18	1,57	1,57
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-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из изюма	200	150					20,66	15,50	82,64	61,98		
	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	Макароны 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		152,36 руб.	120,97 руб.										
Чт, 18 января 24				83,61	56,91	47,2	37,8	246,89	199,08	1 747	1 364,17	51,66	43,08
Завтрак				15,26	11,53	14,02	12,10	77,36	59,51	496,77	393,14	3,45	2,7

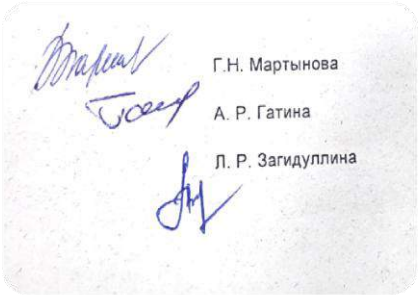
Пт, 19 января 24				60,81	51,31	68,02	58,33	264,78	219,27	1 914,57	1 607,25	71,03	61,08
Завтрак				15,49	12,03	14,40	12,67	72,28	54,12	480,72	378,62	2,92	2,26
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	3,74	3,00	5,91	5,62	15,49	10,35	130,13	104,00	0,04	0,04
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	9,23	6,93	6,85	5,68	42,85	32,15	269,98	207,45	2,13	1,60
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	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				27,59	21,80	29,76	21,80	119,03	96,73	854,28	670,26	34,10	26,01
ТТК-359н	Винегрет из овощей	50	40	0,87	0,70	3,55	2,84	4,01	3,21	51,48	41,18	9,72	7,77
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-739к	Котлеты "Татарские"	75	50	12,09	8,06	17,09	11,06	9,30	6,20	239,33	156,55	0,56	0,37
516/04	Макаронные изделия отварные	130	110	4,64	3,93	3,78	3,20	31,67	26,79	179,30	151,72		
ТТК-271н	Компот "Фруктово-ягодный" из свежих яблок	200	150	0,18	0,14	0,18	0,14	28,04	21,03	114,51	85,88	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				14,67	14,42	21,22	21,22	68,41	63,36	523,34	502,14	32,64	31,44
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
261/2004	Картофельное пюре запеченное с маслом	150/5	150/5	4,38	4,38	11,23	11,23	23,87	23,87	214,11	214,11	27,84	27,84
707/04	Сок фруктовый с печеньем сахарным в ассортименте	200/18	150/15	3,25	3,00	4,77	4,77	34,60	29,55	194,33	173,13	4,80	3,60
	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		152,36 руб.	120,97 руб.										
Итого				333,44	268,41	288,33	248,34	1 240,4	1 025,7	8 890,52	7 411,08	304,59	248,89

	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг	
	Дет. сад	Ясли	Белки		Жиры		Углеводы		Дет. сад	Ясли	С	С
			Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли			Дет. сад	Ясли
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:			270,55	211,90	300,95	236,40	1305,4	1015,7	9040,50	7004,80	251,45	226,45
В среднем в день:			54,11	42,38	60,19	47,28	261,08	203,13	1 808,10	1 400,96	50,29	45,29

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству



Г.Н. Мартынова

А. Р. Гатина

Л. Р. Загидуллина