

Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

В.П. Гусева

14

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 16.01.2023г. по 20.01.2023г.

№ 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, 16 января 23													
Завтрак													
1/04	Бутерброд с маслом			59,41	53,26	48,4	42,16	234,59	191,89	1 611,56	1 359,85	45,97	37,57
ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	30/5	20/5	10,37	7,62	13,54	11,90	51,19	37,15	368,16	286,14	5,15	3,86
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200/5	150/5	2,27	1,53	4,49	4,21	15,49	10,35	111,49	85,37		
		200	150	7,94	5,97	9,00	7,66	29,91	22,45	232,44	182,60	2,60	1,95
				0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17	2,55	1,91
698/04	Второй завтрак			3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	0,72	0,72
	Кефир	100	100	3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	0,72	0,72
Обед													
ТТК-62	Салат из отварной свеклы	50	40	34,54	32,17	22,47	18,82	103,36	79,88	753,77	617,56	28,88	21,96
134/04	Суп крестьянский со сметаной	200/5	155	0,93	0,74	5,06	4,05	5,45	4,36	71,01	56,81	6,19	4,95
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	1,64	1,26	5,01	3,94	8,44	6,37	85,35	66,01	19,62	14,72
ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	150	27,35	26,01	11,69	10,18	40,01	27,06	374,68	303,91	3,04	2,27
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
	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		
510/04	Десерт фруктовый Яблоко	100	100	11,50	10,47	9,80	8,85	75,90	70,72	437,78	404,30	11,22	11,03
ТТК-437	Каша гречневая вязкая	130	110	0,40	0,40	0,40	0,40	9,00	9,00	41,20	41,20	10,00	10,00
733/04	Чай полусладкий с молоком	200	150	4,03	3,41	4,12	3,49	21,54	18,23	139,36	117,92		
	Оладьи с повидлом	50/10	50/10	1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	3,90	3,90	3,80	3,80	27,96	27,96	161,61	161,61	0,47	0,47
Итого стоимость питания в день													
		146,5 руб.	116,32 руб.	57,53	51,75	56,77	52,89	250,43	215,12	1 742,69	1 543,56	72,02	60,22
Вт, 17 января 23													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с сыром			15,63	12,13	13,79	11,62	72,58	55,85	476,96	376,55	2,92	2,39
	Каша молочная ячневая с маслом	30/5	20/5	3,68	2,93	2,24	2,24	15,42	11,77	96,59	77,11	0,04	0,17
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	200/3	150/3	9,23	6,93	6,85	5,68	42,85	32,15	269,98	207,45	2,13	1,60
		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			3,63	3,63	3,24	3,24	5,18	5,18	64,41	64,41	1,04	1,04
	Ацидофилин	120	120	3,63	3,63	3,24	3,24	5,18	5,18	64,41	64,41	1,04	1,04
Обед													
20/2010	Салат из белокочанной капусты	50	40	22,82	20,69	22,10	20,39	96,08	80,53	674,44	588,44	58,93	48,38
139/04	Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы	200/15	150/15	0,78	0,62	2,54	2,03	4,69	3,76	44,75	35,80	23,92	19,14
ТТК №730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/50	50/50	10,61	9,41	7,01	6,53	15,99	11,99	169,42	144,41	9,93	7,63
520/04	Пюре картофельное	130	110	4,45	4,45	7,60	7,60	5,54	5,54	108,35	108,35	2,57	2,57
ТТК-268н	Компот "Плодово-ягодный" из изюма	200	150	2,86	2,42	4,26	3,60	19,17	16,22	126,47	107,01	22,51	19,04

816. 47/01

	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				15,45	15,30	17,64	17,64	76,59	73,56	526,88	514,16	9,13	8,41
337/04	Яйцо вареное		1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
517/2004	Макароны отварные с овощами		150	150	4,96	4,96	7,01	7,01	32,15	32,15	211,53	211,53	4,81	4,81
	Сок фруктовый с пением 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	3,60
	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		146,5 руб.	116,32 руб.	73,42	52,22	49,59	36,42	266,48	202,59	1 805,87	1 347,11	44,95	35,93
	Ср, 18 января 23				14,82	11,20	14,70	12,61	77,32	59,48	500,97	396,29	3,45	2,72
2/04	Бутерброд с повидлом		30/10/5	20/10/5	2,27	1,53	4,49	4,20	21,35	16,21	134,93	108,80	0,10	0,10
302/04	Каша молочная пшенная с маслом		200/3	150/3	9,50	7,13	7,69	6,31	40,69	30,53	270,04	207,49	2,18	1,64
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				28,41	19,26	15,26	9,92	129,78	95,87	769,98	549,79	24,27	18,10
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 со сметаной		200/10	150/5	1,89	1,35	4,55	3,03	11,62	8,31	94,93	65,95	19,47	14,56
ТТК-247к	Гречка с говяжьей "Батыр"		40/160	25/110	21,68	13,55	9,97	6,22	50,86	31,79	379,86	237,36	1,44	0,90
ТТК №272н	Кисель из концентрата		200	150	0,10	0,07			31,46	23,60	126,22	94,67	0,96	0,72
	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				27,13	18,70	16,99	11,25	55,05	42,91	481,64	347,75	16,39	14,27
	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
240/2010	Пудинг из творога с яблоками с соусом смет Сластина		150/50	100/30	25,01	16,63	16,36	10,63	31,05	20,18	371,48	242,97	6,29	4,19
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.	62,1	50,13	76,34	59,59	230,46	177,04	1 857,26	1 444,98	50,76	41,98
	Чт, 19 января 23				14,61	11,38	13,82	11,57	66,08	49,48	447,17	347,56	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	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62
	Второй завтрак				3,63	3,63	3,24	3,24	5,18	5,18	64,41	64,41	1,04	1,04
698/04	Ацидофилин		120	120	3,63	3,63	3,24	3,24	5,18	5,18	64,41	64,41	1,04	1,04
	Обед				27,95	22,43	38,05	29,55	89,71	73,72	812,96	650,52	46,35	38,30
ТТК № 130	Салат "Метелка"		50	40	0,82	0,65	5,05	4,04	3,21	2,57	61,51	49,21	17,63	14,10
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-650	Котлеты "Челнинские"		75	50	12,09	8,06	17,09	11,42	9,30	6,20	239,33	159,79	0,56	0,37
216/04	Картофель тушеный		130	110	2,92	2,47	8,04	6,80	21,35	18,06	169,42	143,36	26,23	22,20
ТТК№503	Напиток "Плодово-ягодный" ассорти		200	150					14,97	11,23	59,88	44,91		
	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		
340/04	Омлет натуральный		53	53	15,91	12,69	21,23	15,23	69,49	48,66	532,72	382,49	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 пением сахарным		200/34	150/34	4,03	3,41	3,80	3,22	21,10	17,86	134,75	114,02		
	Хлеб "Рябинушка"		1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46	0,1	0,07
	Итого стоимость питания в день		146,5 руб.	116,32 руб.	46,15	40,27	55,43	48,39	241,38	192,52	1 649,02	1 366,48	131,41	111,81
	Пт, 20 января 23				12,61	9,58	13,89	11,62	67,12	50,02	443,98	342,90	3,46	2,70
	Завтрак													

[illegible]

	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность, ккал		Витамины, мг.			
			Белки		Жиры		Углеводы							
	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли		
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:					270,20	210,40	300,70	235,90	1305,7	1016,4	9044,75	7087,05	250,40	225,90
В среднем в день:					54,04	42,08	60,14	47,18	261,14	203,27	1 808,95	1 417,41	50,08	45,18

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Г.Н. Мартынова

А. Р. Гатина

Ведущий инженер-технолог по производству

Л. Р. Загидуллина