

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
ООО "Школьное питание"

В.П. Гусева

"СОГЛАСОВАНО"
Директор
А.В. Давыдов
(ФИО руководителя)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 13.02.2023г. по 17.02.2023 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
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли				
Пн, 13 февраля 23													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	9,62	9,09	14,09	13,31	35,77	37,15	308,41	1 534,97	1 363,77	37,59
ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	200/5	150/5	1,52	3,00	5,04	5,62	0,07	10,35	51,74	104,00	0,04	0,04
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полуслизкий	200	150	7,94	5,97	9,00	7,66	29,91	22,45	232,44	182,60	2,60	1,95
Второй завтрак													
698/04	Кефир	100	100	0,16	0,12	0,05	0,03	5,79	4,35	24,23	18,17	2,55	1,91
Обед													
ТТК-62	Салат из отварной свеклы	50	40	3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	0,72	0,72
134/04	Суп крестьянский со сметаной	200/5	150/5	3,00	3,00	2,59	2,59	4,14	4,14	51,85	51,85	0,72	0,72
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	50/100	34,58	32,16	20,47	17,22	103,59	79,81	736,93	602,85	29,15	21,94
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	0,97	0,78	3,06	2,45	5,68	4,55	54,17	43,34	6,46	5,17
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,64	1,26	5,01	3,94	8,44	6,37	85,35	66,01	19,62	14,72
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	27,35	25,96	11,69	10,18	40,01	26,80	374,68	302,67	3,04	2,03
Уплотненный полдник													
510/04	Десерт фруктовый Яблоко	100	100	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
ТТК-437	Каша гречневая вязкая	130	110	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
733/04	Чай полуслизкий с молоком	200	150	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,43		
	Оладьи с повидлом	50/10	50/10	11,50	10,47	9,80	8,85	75,90	70,72	437,78	404,30	11,22	11,03
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	0,40	0,40	0,40	0,40	9,00	9,00	41,20	41,20	10,00	10,00
Питание в день													
Всего за день		146,5 руб.	116,32 руб.	64,83	54,97	66	55,4	273,43	219,26	1 947	1 595,61	68,32	55,83
Вт, 14 февраля 23													
Завтрак													
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	15,63	12,13	13,79	11,62	72,58	55,85	476,96	376,55	2,92	2,39
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	150/3	3,68	2,93	2,24	2,03	15,42	11,77	96,59	77,11	0,04	0,17
ТТК-343н	Кофейный напиток полуслизкий	180	150	9,23	6,93	6,85	5,68	42,85	32,15	269,98	207,45	2,13	1,60
697/04	Молоко кипяченое	100	100	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62
Второй завтрак													
20/2010	Салат из белокочанной капусты	50	40	4,59	3,06	3,96	2,64	7,60	5,06	84,35	56,23	2,06	1,37
139/04	Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы	200/15	150/15	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/50	50/50	22,82	20,69	22,10	20,39	96,08	80,53	674,44	588,44	58,93	48,38
520/04	Пюре картофельное	130	110	0,78	0,62	2,54	2,03	4,69	3,76	44,75	35,80	23,92	19,14
ТТК-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из изюма	200	150	10,61	9,41	7,01	6,53	15,99	11,99	169,42	144,41	9,93	7,63
	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
Обед													
20/2010	Салат из белокочанной капусты	50	40	2,86	2,42	4,26	3,60	19,17	16,22	126,47	107,01	22,51	19,04
139/04	Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы	200/15	150/15	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/50	50/50	0,78	0,62	2,54	2,03	4,69	3,76	44,75	35,80	23,92	19,14
520/04	Пюре картофельное	130	110	10,61	9,41	7,01	6,53	15,99	11,99	169,42	144,41	9,93	7,63
ТТК-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из изюма	200	150	4,45	4,45	7,60	7,60	5,54	5,54	108,35	108,35	2,57	2,57
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	2,86	2,42	4,26	3,60	19,17	16,22	126,47	107,01	22,51	19,04
Обед													
20/2010	Салат из белокочанной капусты	50	40	0,78	0,62	2,54	2,03	4,69	3,76	44,75	35,80	23,92	19,14
139/04	Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы	200/15	150/15	10,61	9,41	7,01	6,53	15,99	11,99	169,42	144,41	9,93	7,63
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/50	50/50	4,45	4,45	7,60	7,60	5,54	5,54	108,35	108,35	2,57	2,57
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	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		

337/04	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,60	2,27	0,51	0,45	20,09	17,58	95,35	83,43		
334/04	Уплотненный полдник			21,79	19,09	26,15	20,75	97,17	77,82	711,25	574,39	4,41	3,69
	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
	Макароны 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	180/34	150/17	6,00	3,30	10,81	5,41	50,82	31,47	324,59	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													
Ср, 15 февраля 23													
2/04	Завтрак			73,92	52,72	49,19	36,02	255,9	194,5	1 761,95	1 313,17	94,95	85,93
302/04	Бутерброд с повидлом	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
ТТК-198н	Каша молочная пшенная с маслом	200/3	150/3	2,27	1,53	4,49	4,20	21,35	16,21	134,93	108,80	0,10	0,10
	Какао с молоком полусладкое	180	150	9,50	7,13	7,69	6,31	40,69	30,53	270,04	207,49	2,18	1,64
	Второй завтрак			3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
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
62/11	Обед			28,41	19,26	15,26	9,92	119,80	88,38	730,06	519,85	24,27	18,10
110/2004	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
ТТК-247к	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-272н	Гречка с говядиной "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
	Кисель из концентрата полусладкий	200	150	0,10	0,07			21,48	16,11	86,30	64,73	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													
240/2010	Десерт фруктовый Апельсин	100	100	27,63	19,20	16,59	10,85	54,45	42,31	477,64	343,75	66,39	64,27
	Пудинг из творога с яблоками с соусом сметанным Сладостена	150/50	100/30	25,01	16,63	16,36	10,63	8,40	8,40	37,20	37,20	60,00	60,00
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													
Пт, 16 февраля 23													
3/04	Завтрак			59,3	48,35	67,03	54,37	221,99	182,36	1 728,39	1 412,12	51,78	42,31
311/04	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	14,61	11,38	13,82	11,57	66,08	49,48	447,17	347,56	3,08	2,38
ТТК-343н	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	3,68	2,94	2,24	1,95	15,42	10,28	96,59	70,46	0,04	0,04
	Кофейный напиток полусладкий	180	150	8,21	6,17	6,88	5,71	36,35	27,27	240,19	185,11	2,29	1,72
	Второй завтрак			2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39	91,99	0,75	0,62
607/04	Молоко кипяченое	100	100	4,59	3,06	3,96	2,64	7,60	5,06	84,35	56,23	2,06	1,37
	Обед			3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
ТТК-130	Салат "Метелка"	50	40	27,95	22,43	38,05	29,55	89,71	73,72	812,96	650,52	46,35	38,30
148/04	Суп овощной с макаронами и мясным фаршем	200/15	150/15	0,82	0,65	5,05	4,04	3,21	2,57	61,51	49,21	17,63	14,10
ТТК-050	Колбасы "Целинские"	75	50	8,00	7,46	7,16	5,65	10,85	5,14	140,01	122,35	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-503	Напиток "Фруктово-ягодный" ассорти	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	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	Уплотненный полдник			12,15	11,48	11,20	10,61	58,60	54,10	383,91	357,81	0,29	0,26
510/04	Омлет натуральный	53	53	5,06	5,06	6,39	6,39	0,75	0,75	80,75	80,75	0,19	0,19
ТТК-475	Каша пшенная вязкая	130	110	4,03	3,41	3,80	3,22	21,10	17,86	134,75	114,02		
	Чай полусладкий с пряником	200/28	150/28	1,54	1,49	0,83	0,82	26,81	25,55	120,95	115,58	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													
Пт, 17 февраля 23													
	Завтрак			51,32	45,61	63,59	57,38	224,96	181,17	1 677,38	1 423,34	131,33	111,83
				12,61	9,58	13,89	11,62	67,12	50,02	443,98	342,90	3,46	2,70

[illegible]

	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.						Энерг. ценность,		Витамины,	
									ккал		мг	
	Дет. сад	Ясли	Белки		Жиры		Углеводы		Дет. сад	Ясли	С	С
			Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли				
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ: В среднем в день:			270,80	211,35	300,25	235,15	1305,7	1016,4	9149,20	7108,00	251,75	225,35
			54,16	42,27	60,05	47,03	261,14	203,28	1 829,84	1 421,60	50,35	45,07

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

Г.Н. Мартынова

А. Р. Гатина

Л. Р. Загидуллина