

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ г. ЗАИНСК (сельские) С 1.02.2021 г по 5.02.2021 г

121,91 руб./день - сад
96,79 руб./день - ясли

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Цена		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)	Витамины (мг)			
						Белки		Жиры		Углеводы			С			
№ рец.	ПОНДЕЛЬНИК 1.02	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	
	Завтрак															
3.04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10	30/5/5	11,66	8,48	5,17	3,71	7,97	6,48	15,46	15,47	154,00	135,05	0,31	0,15	
510.04	Каша пшеничная (вязкая) с сахаром	200	150	5,35	4,02	5,26	3,95	5,26	3,95	38,31	28,73	221,55	166,16	0,00	0,00	
648.04	Кисель	200	150	2,24	1,68	0,00	0,00	0,00	0,00	30,60	22,95	118,00	88,50	0,00	0,00	
	Итого			19,25	14,18	10,43	7,66	13,23	10,43	84,37	67,15	493,55	389,71	0,31	0,15	
	2 Завтрак															
697.04	Молоко кипяченое	200	180	12,33	11,10	5,60	4,67	4,75	3,96	9,40	7,83	102,74	85,61	7,60	6,33	
	Итого			12,33	11,10	5,60	4,67	4,75	3,96	9,40	7,83	102,74	85,61	7,60	6,33	
	Обед															
43.04	Салат из свежей капусты	60	50	1,67	1,39	1,07	1,07	2,55	2,55	12,65	12,65	7,83	7,83	10,17	10,17	
TTK-425	Суп "Гречишное зёрнышко" с мясными фрикадельками "Останкинские"	200/25	150/25	15,90	14,94	2,81	2,11	2,17	1,63	20,80	15,60	113,95	85,46	16,46	12,34	
TTK-53	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	50/50	20,63	20,63	15,39	15,39	18,18	18,18	3,91	3,91	240,85	240,85	2,75	2,75	
516.04	Макароны отварные	150	110	4,92	3,61	4,62	3,56	4,15	3,19	33,28	25,60	188,98	145,37	0,00	0,00	
TTK-A623	Компот полусладкий из кураги	200	150	2,22	1,66	1,20	0,90	0,00	0,00	31,60	23,70	126,00	94,50	0,00	0,00	
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,29	1,29	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00	
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,42	2,12	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00	
	Итого			49,05	45,64	29,94	27,47	27,91	26,36	133,12	109,73	833,69	717,33	29,38	25,26	
	Полдник															
294/96	Сырники из творога с соусом молочным сладким	100/50	50/20	38,05	18,73	28,60	14,50	20,35	10,63	21,06	11,86	381,79	201,03	0,46	0,26	
TTK-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным в ассортименте	200/26	150/13	2,91	1,61	3,57	1,19	7,14	2,38	47,19	21,33	267,30	111,50	4,00	3,20	
	Итого			40,96	20,34	32,17	15,69	27,49	13,01	68,25	33,19	649,09	312,53	4,46	3,46	
	Итого за день			121,59	91,26	78,14	55,49	73,38	53,76	295,14	217,90	2079,07	1505,18	41,75	35,20	
	ВТОРНИК 2.02															
	Завтрак															
3.04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10		11,66		2,97	0,00	6,19	0,00	10,32	0,00	109,00	0,00	0,15	0,00	
3.04	Бутерброд с сыром		30/5		5,82	0,00	2,90	0,00	1,95	0,00	10,40	0,00	70,75	0,00	0,14	
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	150/3	13,77	10,72	6,86	5,14	6,29	4,25	23,14	17,35	226,87	166,40	0,00	0,00	
TTK-305	Какао с молоком	180	150	6,45	5,37	2,95	2,46	3,24	2,70	22,82	19,02	132,26	110,22	1,43	1,20	
	Итого			31,88	21,91	12,78	10,50	15,72	8,90	56,28	46,77	468,13	347,37	1,58	1,34	
	2 Завтрак															
697.04	Молоко кипяченое	200	150	12,33	9,25	6,22	4,67	5,28	3,96	10,44	7,83	114,15	85,61	8,44	6,33	
	Итого			12,33	9,25	6,22	4,67	5,28	3,96	10,44	7,83	114,15	85,61	8,44	6,33	

	<u>Завтрак</u>														
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10		11,66		5,17	0,00	7,97	0,00	15,46	0,00	154,00	0,00	0,31	0,00
3/04	Бутерброд с сыром		30/5		5,82	0,00	2,90	0,00	1,95	15,46	10,40	154,00	70,75	0,31	0,14
TTK-982	Каша молочная овсяно- гречневая (вязкая) с маслом	200/5	150/3	14,26	10,30	5,60	4,20	5,20	3,90	18,80	14,10	144,40	108,30	0,90	0,67
TTK-305	Какао с молоком	180	150	6,45	5,37	2,95	2,46	3,24	2,70	22,82	19,02	132,26	110,22	1,43	1,20
	Итого			32,37	21,49	13,72	9,56	16,41	8,55	72,54	43,52	584,66	289,27	2,95	2,01
	<u>2 Завтрак</u>														
698/04	Простокваша	170	100	13,13	7,72	5,32	3,99	6,08	4,56	7,79	5,84	107,10	80,33	1,25	1,18
	Итого			13,13	7,72	5,32	3,99	6,08	4,56	7,79	5,84	107,10	80,33	1,25	1,18
	<u>Обед</u>														
TTK-62	Салат из отварной свеклы	60	40	2,32	1,55	0,65	0,54	3,89	3,24	5,18	4,32	58,32	48,60	5,59	4,66
139/04	Суп с картофелем с бобовыми (горох)	200	150	4,21	3,15	4,96	3,72	4,48	3,36	17,84	13,38	131,52	98,64	4,60	3,45
TTK-738	Котлеты "Крестьянские"	75	75	21,29	21,29	10,00	10,00	3,00	3,00	6,00	6,00	90,00	90,00	0,35	0,35
541/04	Рагу овощное	150	110	8,66	6,35	3,00	2,00	12,45	8,30	17,25	11,50	193,05	128,70	7,90	5,27
TTK-911	Напиток "Цитрусовый" (апельсин)	200	150	4,27	3,20	0,12	0,09	0,04	0,03	21,42	16,07	86,44	64,83	5,00	3,75
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,29	1,29	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,42	2,12	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			44,46	38,95	23,58	20,79	24,72	18,74	98,57	79,53	715,41	574,09	23,44	17,48
	<u>Полдник</u>														
TTK-868	Пудинг "Творожный" с яблоками с соусом молочным сладким	100/30	100/30	35,54	35,54	14,10	14,10	14,72	14,72	18,50	18,50	262,98	262,98	1,42	1,42
TTK-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным в ассортименте	200/18	150/18	1,76	1,61	1,14	1,09	1,68	1,68	12,94	11,74	71,50	66,52	0,04	0,03
	Итого			37,30	37,15	15,24	15,19	16,40	16,40	31,44	30,24	334,48	329,50	1,46	1,45
	Итого за день			127,26	105,31	57,86	49,53	63,61	48,25	210,34	159,13	1741,65	1273,19	29,10	22,12
	ПЯТНИЦА 5.02														
	<u>Завтрак</u>														
3/04	Бутерброд с маслом		30/5		5,30	0,00	2,90	0,00	1,95	0,00	10,40	0,00	70,75	0,00	0,14
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10		11,66		5,17	0,00	7,97	0,00	15,46	0,00	154,00	0,00	0,31	0,00
302/04	Каша молочная пшенная с маслом	200/3	150/3	13,16	10,27	4,42	3,32	3,68	3,38	37,42	28,07	203,60	158,10	0,00	0,00
395/10	Кофейный напиток с молоком	180	150	6,66	5,33	2,85	2,34	2,41	2,00	14,36	10,63	91,00	70,00	1,17	0,98
	Итого			31,48	20,90	12,44	8,56	14,06	7,33	67,24	49,10	448,60	298,85	1,48	1,12
	<u>2 завтрак</u>														
697/04	Молоко кипяченое	200	150	12,33	9,25	6,22	4,67	5,28	3,96	10,44	7,83	114,15	85,61	8,44	6,33
	Итого			12,33	9,25	6,22	4,67	5,28	3,96	10,44	7,83	114,15	85,61	8,44	6,33
	<u>Обед</u>														
78/04	Икра морковная	50	50	2,48	2,48	1,32	1,32	4,56	4,56	6,84	6,84	76,80	76,80	7,68	7,68
110/04	Борщ из свежей капусты с картофелем с мясными фрикадельками (Останкинские)	200/25	150/25	15,63	14,74	5,35	4,95	8,16	7,13	10,48	7,86	136,76	115,32	8,45	6,40
TTK-195	Зразы "На здоровье" с маслом (с фабрики)	75/5	75/5	19,58	19,58	10,28	10,28	17,51	17,51	10,05	10,05	238,90	238,90	0,41	0,41
520/04	Картофельное пюре	150	130	7,94	6,89	4,15	3,60	5,09	4,42	34,91	30,25	202,00	175,00	35,00	30,00

TTK-A623	Компот полусладкий из кураги	200	150	2,74	2,06	1,20	0,90	0,00	0,00	31,60	23,70	126,00	94,50	0,00	0,00
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,29	1,29	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,42	2,12	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			52,08	49,16	27,15	25,49	36,18	34,43	124,76	106,97	936,54	843,84	51,54	44,49
	<u>Полдник</u>														
	Десерт фруктовый "Мандарин"	66	66	8,77	8,77	0,08	0,08	0,00	0,00	16,30	15,71	65,52	63,14	6,72	6,48
707./04	Сок фруктовый разливной	200	180	4,93	4,44	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	12,00	48,00	48,00	4,00	4,00
TTK-8к	Плюшка "Новомосковская"	100	100	4,43	4,43	3,39	3,39	6,98	6,98	26,07	26,07	181,00	181,00	0,00	0,00
	Итого			18,13	17,64	3,47	3,47	6,98	6,98	54,37	53,78	294,52	292,14	10,72	10,48
	Итого за день			114,02	96,95	49,28	42,19	62,50	52,70	256,81	217,68	1793,81	1520,44	72,18	62,42

	Цена		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
			Белки		Жиры		Углеводы					
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:	609,57	484,00	272,87	210,99	301,20	236,04	1305,11	1019,37	9148,90	7030,93	250,25	227,29
В среднем в день	121,91	96,80	54,57	42,20	60,24	47,21	261,02	203,87	1829,78	1406,19	50,05	45,46

Генеральный директор






В.П. Гусева

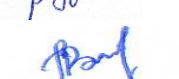
Зам. директора по производству и качеству


Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам


Р.Х. Нагимова

Ведущий инженер-технолог по производству


Л.Р. Загидуллина