

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
ООО "Школьное питание"
И.И. Мусина

"СОГЛАСОВАНО"
М.В. Дубровин
(И.О.У)
Дубровин
(ФИО руководителя)
(подпись)

ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ Г. ЗАИНСК с 13.07.2026г. по 17.07.2026г.

№ 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 июля 26													
3/04	Завтрак	30/5	20/5	52,28	46,58	47,94	43,29	229,79	194,61	1 559,78	1 354,3	73,14	60,42
311/04	Бутерброд с сыром	200/3	150/3	10,68	7,82	8,86	7,12	49,26	35,67	319,55	238,05	2,12	1,59
ТТК-437	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200	150	2,40	1,60	0,90	0,60	15,30	10,20	78,90	52,60		
	Чай полусладкий с молоком			6,63	4,98	6,66	5,54	26,50	19,88	192,50	149,34	1,37	1,03
	Второй завтрак			1,65	1,24	1,30	0,98	7,46	5,59	48,15	36,11	0,75	0,56
	Молоко кипяченое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
697/04	Обед			3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
ТТК-513н	Салат " Свежесть "	50	40	19,22	17,75	24,02	21,86	61,45	50,99	538,87	471,67	69,10	56,97
148/04	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	1,13	0,90	2,56	2,05	5,43	4,35	49,27	39,42	37,50	30,00
Ю Пр.№321 от 07	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	50/30	8,00	7,46	7,18	6,66	10,85	8,14	140,01	122,36	1,93	1,63
520/04	Пюре картофельное	130	110	4,23	4,23	6,72	6,72	4,20	4,20	94,18	94,18	1,57	1,57
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	3,74	3,17	7,34	6,21	11,78	9,97	128,17	108,45	28,07	23,75
	Хлеб белый	1/20	1/20	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
	Уплотненный полдник			1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	19,32	17,95	12,42	11,67	114,02	102,89	645,13	588,35	0,55	0,49
510/04	Каша гречневая вязкая	130	110	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44	67,44		
ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200	150	4,03	3,41	4,12	3,49	21,54	18,23	139,36	117,92		
ТТК-458	Ватрушка с повидлом	75	75	0,78	0,58	0,13	0,10	17,55	13,16	74,47	55,85	0,25	0,19
	Хлеб белый	1/20	1/20	4,43	4,43	2,44	2,44	46,88	46,88	227,21	227,21	0,30	0,30
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
Итого стоимость питания в день		177,47 руб.	140,91 руб.	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
3/04	Завтрак			80,49	64,17	66,52	54,58	214,47	178,64	1 778,38	1 462,43	72,55	58,39
161/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	20/5/5	10,69	7,01	12,20	9,16	46,39	34,81	338,12	249,70	2,51	1,96
ТТК-198н	Суп молочный с рисом	200	150	3,88	1,65	5,90	4,22	15,37	10,27	130,13	85,70	0,04	0,04
	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,76	2,82	3,78	2,84	15,74	11,80	111,99	84,00	1,30	0,98
698/04	Второй завтрак			3,05	2,54	2,52	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
	Простокваша	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
	Обед			3,06	3,06	2,64	2,64	4,33	4,33	53,28	53,28	0,84	0,84
ТТК-359н	Винегрет из овощей	50	40	38,31	33,52	31,72	26,24	100,96	83,75	842,49	705,28	48,26	36,66
124/04	Щи из св.кап.с карт.с мясн фрик.Останкин.со сметаной	200/25/10	150/25/5	1,20	0,96	5,34	4,27	4,20	3,36	69,66	55,73	6,35	5,08
ТТК-101н	Котлеты "Любимые"	75	50	7,92	7,38	9,52	8,36	8,44	6,34	151,13	130,15	37,11	27,98
ТТК-446	Пюре из блюда "Янтарное"	130	110	8,93	7,98	11,85	9,36	7,65	6,84	172,91	143,50		

707/04	Сок фруктовый разливной	200	150	1,00	0,75				20,20	15,15	84,80	63,60	4,80	3,60
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
	Уплотненный полдник													
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	145	145	28,43	20,58	19,96	16,54	16,54	62,79	55,75	544,49	454,17	20,94	18,93
40/10, соус 351/1(	Пудинг из творога с яблоками с соусом молочным сладким	150/15	100/30	0,58	0,58	0,58	0,58	0,58	13,05	13,05	59,74	59,74	14,50	14,50
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/20	150/20	24,65	16,85	12,97	9,56	9,56	25,48	19,71	317,22	232,27	6,34	4,36
	Хлеб белый	1/20	1/20	3,20	3,15	6,41	6,40	6,40	24,26	22,99	167,53	162,16	0,10	0,07
	Итого стоимость питания в день	177,47 руб.	140,91 руб.											
	Ср, 15 июля 26			60,32	46	58,25	48,19	48,19	208,02	170,29	1 597,61	1 298,74	93,81	69,38
	Завтрак													
3/04	Бутерброд с сыром			11,09	8,34	7,66	6,36	6,36	62,21	46,56	362,17	276,73	2,12	1,65
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	30/5	20/5	2,40	1,60	0,90	0,60	0,60	15,30	10,20	78,90	52,60		
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	200/3	150/3	6,17	4,64	5,12	4,39	4,39	32,97	24,74	202,66	156,96	1,37	1,03
		180	150	2,52	2,10	1,64	1,37	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62
	Второй завтрак													
697/04	Молоко кипяченое	100	100	3,06	3,06	2,64	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23	56,23	1,37	1,37
	Обед													
19/04	Салат из св. помидоров			32,95	22,32	38,32	29,69	29,69	73,43	57,02	770,36	584,51	87,68	64,48
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	50	40	0,23	0,19	5,00	4,00	4,00	1,86	1,48	53,31	42,65	6,26	5,01
ТТК - 394	Запеканка картофельная с мясом птицы с маслом	200/5	150/5	2,92	2,26	7,26	5,76	5,76	11,59	8,76	123,39	95,90	22,66	17,02
ТТК-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из изюма	180/3	130/3	28,18	18,25	25,86	19,73	19,73	29,56	21,52	463,70	336,66	58,76	42,45
	Хлеб белый	200	150											
	Уплотненный полдник	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
ТТК-2н	Зеленый горошек порциями			13,22	12,28	9,63	9,50	9,50	67,32	61,65	408,85	381,27	2,64	1,88
208/10	Макароны запеченные с яйцом с маслом	15	10	1,02	0,68	0,08	0,05	0,05	2,91	1,94	16,44	10,96	2,22	1,48
ТТК-475	Чай полусладкий	150/3	150/3	7,44	7,44	8,81	8,81	8,81	31,30	31,30	234,26	234,26	0,32	0,32
		200	150	0,20	0,15	0,05	0,04	0,04	5,06	3,79	21,50	16,12	0,10	0,08
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
	Итого стоимость питания в день	177,47 руб.	140,91 руб.											
	Чт, 16 июля 26			69,78	54,66	62	54,43	54,43	265,72	218,59	1 900,24	1 583,16	72,18	59,87
	Завтрак													
2/04	Бутерброд с повидлом			13,49	10,19	12,37	10,86	10,86	74,02	57,01	461,46	366,62	2,58	2,06
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	30/10/5	20/10/5	2,45	1,65	4,52	4,22	4,22	21,23	16,13	135,44	109,14	0,10	0,10
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	200/3	150/3	7,99	6,00	5,33	4,54	4,54	37,51	28,14	230,02	177,48	1,31	0,98
		180	150	3,05	2,54	2,52	2,10	2,10	15,28	12,74	96,00	80,00	1,17	0,98
	Второй завтрак													
698/04	Ацидофиллин	100	100	3,02	3,02	2,70	2,70	2,70	4,32	4,32	53,68	53,68	0,86	0,86
	Обед													
ТТК-493н	Салат из белокачанной капусты с яблоками			19,79	17,29	32,27	29,22	29,22	94,30	78,59	746,87	646,68	54,61	43,11
132/04	Рассольник ленинградский со сметаной	50	40	1,03	0,82	3,87	3,09	3,09	3,80	3,04	54,14	43,31	30,48	24,39
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	200/5	150/5	4,40	3,36	7,29	5,78	5,78	13,92	10,50	138,93	107,51	21,60	16,20
510/04	Каша пшениная вязкая	50/30	50/30	5,62	5,62	16,06	16,06	16,06	8,03	8,03	199,16	199,16	2,50	2,50
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	130	110	3,68	3,11	4,34	3,67	3,67	21,07	17,83	138,07	116,83		
	Хлеб белый	200	150	0,50	0,37	0,02	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
	Хлеб "Дарницкий"	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
		44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	0,40	18,29	14,86	89,33	72,61		
	Уплотненный полдник			33,48	24,16	14,66	11,65	11,65	93,08	78,67	638,23	516,18	14,13	13,84
ТТК-495н	Десерт фруктовый Банан	100	100	3,00	3,00	0,50	0,50	0,50	27,00	27,00	124,50	124,50	10,00	10,00
ТТК-341к	Запеканка "Сладкоежка" с соусом сметанным "Сластена"	150/15	100/30	28,59	19,32	13,90	10,90	10,90	41,04	30,39	403,68	296,98	0,83	0,57
686/04	Чай с лимоном	200/7	150/7	0,27	0,22	0,06	0,05	0,05	15,28	11,52	62,73	47,38	3,30	3,27
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32	47,32		
	Итого стоимость питания в день	177,47 руб.	140,91 руб.											
	Пт, 17 июля 26			73,07	53,26	43,88	35,49	35,49	226,51	186,38	1 593,21	1 277,89	54,37	43,18

Завтрак														
3/04	Бутерброд с сыром			13,87	10,81	12,19	10,35	69,31	51,93	442,43		344,05	2,07	1,62
302/04	Каша молочная яичневая с маслом	30/5	20/5	3,83	3,03	2,28	1,98	15,30	10,20	97,03		70,73	0,04	0,04
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	200/3	150/3	7,32	5,51	5,21	4,46	39,70	29,80	235,01		181,33	1,28	0,96
	Второй завтрак	180	150	2,72	2,27	4,70	3,91	14,31	11,93	110,39		91,99	0,75	0,62
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			3,06	3,06	2,64	2,64	5,06	5,06	56,23		56,23	1,37	1,37
13/2010	Салат из свежих огурцов			39,94	23,99	21,25	14,79	70,64	56,37	633,56		454,54	37,77	28,23
133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	50	40	2,47	1,98	5,04	4,03	1,16	0,93	59,91		47,92	4,64	3,71
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	200/25	150/25	3,87	2,90	3,71	2,78	14,15	10,61	105,47		79,09	31,69	23,77
ТТК-187а	Каша гречневая вязкая	50/50	25/25	27,49	13,74	7,58	3,79	4,71	2,36	197,03		98,53	1,29	0,64
ТТК-258к	Напиток "Плодово-ягодный" из урюка	130	110	3,98	3,37	4,64	3,93	21,48	18,18	143,60		121,51		
	Хлеб белый	200	150	0,51	0,38	0,08	0,06	19,38	14,53	80,23		60,17	0,15	0,11
		1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32		47,32		
	Уплотненный полдник			16,20	15,40	7,80	7,71	81,50	73,02	460,99		423,07	13,16	11,96
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04			67,44		67,44		
687/96	Пирожки печеные с картофелем	75	75	5,12	5,12	2,07	2,07	33,25	33,25	172,10		172,10	8,36	8,36
707/04	Сок фруктовый разливной	200	150	1,00	0,75			20,20	15,15	84,80		63,60	4,80	3,60
	Хлеб белый	1/20	1/20	1,62	1,62	0,20	0,20	9,76	9,76	47,32		47,32		
	Хлеб "Дарницкий"	44,6	36,25	2,94	2,39	0,49	0,40	18,29	14,86	89,33		72,61		
	Итого стоимость питания в день	177,47 руб.	140,91 руб.											
	Итого			335,94	264,67	278,59	235,98	1 144,5	948,51	8 429,22		6 976,52	366,05	291,24

	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				
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:			317,67	253,37	246,25	210,67	1 141,3	942,28	8 052,33	6 678,69	325,39	271,84
В среднем в день:			49,53	38,67	54,25	42,13	235,27	183,46	1 610,47	1 260,70	45,08	40,38

Зам. Ген. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Ведущий инженер-технолог по производству

Г. Н. Фазуллина

А. Р. Гатина

Л. Р. Загидуллина

А. Р. Гатина
Л. Р. Загидуллина