

2,4 гр

11 группа: сады № 28, 30, 34, 40, 50, 51, 52, 54, 69, 70, 93, 103, 110

12 группа: сады № 7, 12, 14, 18, 21, 29, 31, 35, 39, 46, 97, 106, 115

14 группа: сады № 10, 17, 20, 26, 49, 64, 72, 73, 75, 92, 96, 105, 120

17 группа: сады № 41, 44, 53, 61, 78, 80, 83, 94, 98, 104, 111, 114, 123

18 группа: сады № 8, 9, 16, 27, 62, 65, 66, 82, 86, 108, 109, 118, 121, 131

### ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ с 13.12.2021г. по 17.12.2021 г.

Стоимость : Для Дет. сад 121,91руб./день; Для Ясли 96,79руб./день;

№ 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
<b>Пн, 13 декабря 21</b>				62,67	49,68	43,74	37,02	245,42	196,91	1 625,96	1 319,53	88,37	65,45
<b>Завтрак</b>				11,73	8,46	13,03	10,44	66,78	53,10	431,36	340,22	2,38	1,95
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10	20/5/5	5,19	3,00	7,24	5,62	15,49	10,35	147,90	104,00	0,08	0,04
516/04	Макаронные изделия отварные	180	150	6,40	5,34	5,75	4,79	46,08	38,40	261,66	218,05		
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	180	150	0,14	0,12	0,04	0,03	5,21	4,35	21,80	18,17	2,30	1,91
<b>Второй завтрак</b>				0,85	0,65			17,17	13,13	72,08	55,12	4,08	3,12
707/04	Сок фруктовый разливной	170	130	0,85	0,65			17,17	13,13	72,08	55,12	4,08	3,12
<b>Обед</b>				13,81	12,51	15,18	13,49	79,28	68,08	508,91	443,72	66,87	51,51
ТТК-70н	Свекла отварная	50	40	0,96	0,77	0,06	0,05	5,63	4,51	26,94	21,56	6,40	5,12
135/04	Суп из овощей со сметаной	200/5	150/5	1,96	1,51	3,79	3,03	7,87	5,97	73,42	57,16	25,84	19,40
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	50/30	4,24	4,24	6,72	6,72	4,24	4,24	94,38	94,38	1,61	1,61
312/11	Пюре картофельное	130	100	2,71	2,08	3,97	3,05	12,18	9,37	95,27	73,29	32,06	24,66
ТТК-272н	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"	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14		
<b>Полдник</b>				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
<b>Ужин</b>				33,22	25,00	12,89	10,45	77,13	57,54	557,38	424,24	13,67	7,50
	Десерт фруктовый Яблоко	130	70	0,52	0,28	0,52	0,28	11,70	6,30	53,56	28,84	13,00	7,00
367/04	Галушки творожные с маслом	195/5	145/5	30,98	23,05	12,19	9,99	50,43	37,51	435,32	332,16	0,57	0,42
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,20	0,15			5,06	3,79	21,04	15,78	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		
<b>Вт, 14 декабря 21</b>				59,31	53,41	62,18	56,26	220,3	187,62	1 678	1 470,41	152,81	118,83
<b>Завтрак</b>				16,16	12,56	16,96	14,40	44,70	33,49	396,10	313,70	4,79	3,62
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5		3,74		5,91		15,49		130,13		0,04	
1/04	Бутерброд с маслом		20/5		1,51		4,71		10,33		89,69		
337/04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	6,10	6,10	5,52	5,52	0,34	0,34	75,41	75,41		
161/04	Суп молочный с рисом	200	150	3,80	2,85	3,89	2,80	14,93	11,20	109,95	81,43	4,00	3,00
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

<b>Второй завтрак</b>				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
<b>Обед</b>				18,70	17,06	24,90	22,39	89,62	76,68	657,35	576,52	141,87	109,09
ТТК-66	Салат "Солнышко"	50	40	0,59	0,47	5,09	4,07	7,13	5,70	76,72	61,38	3,49	2,79
ТТК-425	Суп "Гречишное зернышко"	200	150	2,42	1,82	2,50	1,87	12,99	9,74	84,15	63,11	18,64	13,98
ТТК-131	Зразы "Школьные"	60	60	7,84	7,84	12,97	12,97	7,43	7,43	177,80	177,80	1,24	1,24
534/04	Капуста тушеная	130	100	3,83	2,95	3,52	2,70	15,13	11,64	107,50	82,69	113,96	87,67
ТТК-271н	Компот "Фруктово-ягодный" из свежих яблок	200	150	0,18	0,14	0,18	0,14	19,06	14,29	78,58	58,94	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"	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14		
<b>Полдник</b>				6,42	6,42	10,01	10,01	33,88	33,88	251,29	251,29	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
470/10	Булочка дорожная	50	50	3,36	3,36	7,37	7,37	28,82	28,82	195,06	195,06		
<b>Ужин</b>				14,97	14,31	7,67	6,82	47,77	39,24	319,98	275,62	3,94	3,91
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	25/25	25/25	10,54	10,54	3,82	3,82	1,89	1,89	84,10	84,10	0,64	0,64
510/04	Каша перловая вязкая	130	100	2,64	2,03	3,61	2,77	20,66	15,89	125,69	96,68		
686/04	Чай с лимоном	200/7	150/7	0,27	0,22	0,06	0,05	15,28	11,52	62,73	47,38	3,30	3,27
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
<b>Ср, 15 декабря 21</b>				70,82	52,57	66,78	50,94	258,97	197,55	1 920,22	1 458,93	60,85	45,03
<b>Завтрак</b>				14,62	9,96	14,63	11,58	69,95	52,51	469,98	354,07	7,70	6,05
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5		3,74		5,91		15,49		130,13		0,04	
1/04	Бутерброд с маслом		20/5		1,53		4,21		10,35		85,37		
311/04	Каша молочная пшенная с маслом	200/3	150/3	7,79	5,85	6,15	5,23	38,72	29,05	241,46	186,71	4,03	3,02
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	150	3,09	2,58	2,57	2,14	15,74	13,11	98,39	81,99	3,63	3,03
<b>Второй завтрак</b>				0,84	0,56			16,17	10,78	68,04	45,36		
	Напиток из сыворотки	150	100	0,84	0,56			16,17	10,78	68,04	45,36		
<b>Обед</b>				26,81	21,46	35,30	26,84	101,20	81,06	829,79	651,55	34,79	27,24
ТТК-130	Салат "Метелка"	50	40	0,95	0,76	5,05	4,04	3,57	2,86	63,55	50,84	21,54	17,23
ТТК-451	Суп картофельный с клецками с мясными фрикадельками	200/25	150/25	8,01	7,22	9,41	8,54	17,02	12,83	184,86	157,09	13,22	9,99
ТТК-649к	Биточки "Рябушка"	75	50	10,56	7,08	16,52	10,78	13,20	8,85	243,68	160,72		
510/04	Каша ячневая вязкая	130	100	2,95	2,19	3,66	2,82	20,10	14,07	125,18	90,36		
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	150	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14		
<b>Полдник</b>				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
<b>Ужин</b>				25,49	17,53	14,21	9,88	66,59	48,14	496,18	351,72	16,99	10,37
	Десерт фруктовый Яблоко	134	76	0,54	0,30	0,54	0,30	12,06	6,84	55,21	31,31	13,40	7,60
ТТК-966к	Запеканка из творога "Гулливвер" с соусом сметанным "Сластёна"	150/15	100/15	23,29	15,59	13,45	9,37	39,38	27,01	371,71	254,78	1,29	0,86
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	180	150	0,14	0,12	0,04	0,03	5,21	4,35	21,80	18,17	2,30	1,91
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
<b>Чт, 16 декабря 21</b>				59,36	47,95	62,54	50,93	209,85	169,81	1 639,69	1 329,3	92,6	72,63
<b>Завтрак</b>				11,59	7,43	12,28	9,54	55,99	40,74	380,88	278,39	3,51	2,61
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5		3,74		5,91		15,49		130,13		0,04	
1/04	Бутерброд с маслом		20/5		1,53		4,21		10,35		85,37		
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	150/3	6,17	4,64	5,12	4,39	32,97	24,74	202,66	156,96	1,37	1,03
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	150	1,68	1,26	1,25	0,94	7,53	5,65	48,09	36,06	2,10	1,58
<b>Второй завтрак</b>				0,85	0,65			17,17	13,13	72,08	55,12	4,08	3,12
707/04	Сок фруктовый разливной	170	130	0,85	0,65			17,17	13,13	72,08	55,12	4,08	3,12

<b>Обед</b>				31,61	25,24	31,35	23,40	94,17	77,50	785,22	621,52	49,23	38,54
20/10	Салат из свежей капусты	50	40	0,97	0,77	2,55	2,04	5,24	4,19	47,83	38,26	29,89	23,91
139/04	Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы	200/15	150/15	10,56	9,38	6,91	6,46	13,66	10,25	159,04	136,62	13,65	10,42
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
510/04	Каша гречневая вязкая	130	100	4,03	3,10	4,12	3,17	21,54	16,57	139,36	107,20		
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"	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14		
<b>Полдник</b>				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
<b>Ужин</b>				12,25	11,57	16,27	15,35	37,46	33,38	345,28	318,04	34,41	26,99
86/10; соус 356/1	Тефтели мясные с соусом	60/30	60/30	7,82	7,82	12,12	12,12	10,28	10,28	181,51	181,51	2,25	2,25
312/11	Пюре картофельное	130	100	2,71	2,08	3,97	3,05	12,18	9,37	95,27	73,29	32,06	24,66
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,20	0,15			5,06	3,79	21,04	15,78	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		
<b>Пт, 17 декабря 21</b>				61,09	45,08	41,1	36,94	219,26	186,8	1 491,43	1 260,12	78,44	68,44
<b>Завтрак</b>				12,78	9,63	11,46	10,11	72,80	55,97	445,56	353,45	2,16	1,70
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
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	150/3	7,99	6,00	5,33	4,54	37,51	28,14	230,02	177,48	1,31	0,98
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
<b>Второй завтрак</b>				3,63	3,02	3,24	2,70	5,18	4,32	64,41	53,68	1,04	0,86
698/04	Ацидофилин	120	100	3,63	3,02	3,24	2,70	5,18	4,32	64,41	53,68	1,04	0,86
<b>Обед</b>				31,71	19,76	11,90	9,92	75,45	67,84	535,76	439,76	56,57	54,60
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
110/04	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	150/5	1,82	1,40	3,76	3,01	10,69	8,06	83,91	64,93	23,25	17,44
ТТК-819	Жаркое из мякоти птицы	50/100	25/125	24,89	13,73	7,40	6,21	9,54	11,64	204,36	157,43	24,70	30,88
ТТК-950	Напиток "Лимонный"	200	150	0,14	0,11	0,02	0,01	24,43	18,32	98,45	73,84	6,40	4,80
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
	Хлеб "Дарницкий"	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	17,94	17,94	85,14	85,14		
<b>Полдник</b>				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
<b>Ужин</b>				9,91	9,61	11,86	11,57	60,77	53,61	389,47	357,00	17,30	9,91
	Десерт фруктовый Яблоко	140	70	0,56	0,28	0,56	0,28	12,60	6,30	57,68	28,84	14,00	7,00
208/10	Макароны запеченные с яйцом с маслом	150/5	150/5	7,69	7,69	11,08	11,08	33,02	33,02	262,53	262,53	1,00	1,00
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	180	150	0,14	0,12	0,04	0,03	5,21	4,35	21,80	18,17	2,30	1,91
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	9,94	9,94	47,46	47,46		
<b>Итого</b>				313,25	248,69	276,34	232,09	1 153,8	938,69	8 355,3	6 838,29	473,07	370,38

	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
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:			271,3	210,2	301,4	237,1	1305,6	1018,7	9007,2	7338,3	252,7	225,4
В среднем в день:			54,25	42,04	60,27	47,42	261,11	203,74	1 801,44	1 467,66	50,54	45,08