

Общество с ограниченной ответственностью «ГАММА-плюс»



Согласовано:
Директор МБУ "Лицей № 6"

Мицук Е.Ю.
Мицук Е.Ю.



УТВЕРЖДАЮ:
Директор ООО «ГАММА-плюс»

Т.В. Солоднева
Т.В. Солоднева

Примерное циклическое меню для организации питания детей, в возрасте с 1 до 3 лет, посещающих с 12-часовым пребыванием дошкольные образовательные учреждения г.о. Тольятти, в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов питания

РАЗРАБОТЧИКИ:

Зам. директора по производству

А.П. Замотин А.П. Замотин

Технолог О.Г. Филатова О.Г. Филатова

Технолог Е.М. Семенова Е.М. Семенова



Циклическое меню Ясли 4-х разовое

на период с 01.07.2024г. по 05.07.2024

Сборник рецептов	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины							Минеральные вещества						
				Белки	Жиры	Угле-ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Z (мг)	Ca (мг)	Mg (мг)	Na (мг)	Fe (мг)				
Понедельник																					
Завтрак 1 (до 3 лет)																					
3/2011 Дефи пункт	12811	Батон с маслом и сыром	20/5/6	2,72	5,71	10,35	103,66	33,26	0,02	0,03	0,04	0,05									
	15374	Каша молочная Дружба жидкая с сахаром и маслом	150/2	3,42	4,09	15,88	114,02	22,80	0,07	0,12	0,95	0,07									
	14630	Чай с молоком	150	1,33	1,47	9,15	55,18	9,20	0,02	0,07	0,60										
Итого:				332	7,47	11,28	35,37	272,85	65,06	0,11	0,21	1,58	0,12								
401/2014 Дефи пункт	12821	Ряженка	150	4,47	3,85	6,47	78,39	30,80	0,03	0,20	0,46										
Итого:				150	4,47	3,85	6,47	78,39	30,80	0,03	0,20	0,46									
Обед (до 3 лет)																					
таб.24/1996	13692	Помидор свежий	20	0,22	0,04	0,76	4,28		0,01	0,01	5,00	0,14									
	15534	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной на кур.бульоне ЯС	150/10	4,23	7,04	6,07	104,54	16,00	0,06	0,07	19,29	15,64									
	15494	Пельмени отварные "МясБери" с курицей, с маслом	150	20,21	13,70	34,40	341,74	8,00	0,00	0,00		0,02									
	14618	Компот из ягод	150	0,15	0,06	16,07	65,42		0,01	0,01	30,00	0,15									
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04		0,03	0,01		0,35									
ТТК	12846	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42									
Итого:				525	28,14	21,42	76,02	609,45	24,00	0,16	0,12	54,29	16,71								
ТТК	12833	Десерт фруктовый (яблоко)	60	0,24	0,24	5,88	26,64		0,02	0,01	6,00	0,12									
Таблица	10193	Огурец свежий порционный	15	0,11	0,02	0,29	1,78		0,00	0,00	1,07	0,02									
282/2011 Дефи пункт	12845	Котлета рубленая из говядины	60	7,81	10,80	9,44	166,21	2,80	0,05	0,04	0,18	2,01									
	14936	Картофель отварной	100	2,00	3,34	16,30	103,23		0,12	0,07	20,00	1,41									
	14670	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28,21		0,03	0,01											
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04		0,03	0,01		0,35									
	13983	Булочка Веснушка	30	2,77	2,25	18,27	104,35	3,37	0,04	0,03	0,11	1,04									
Итого:				430	14,28	16,85	63,95	464,46	8,17	0,27	0,18	27,36	4,93								
Вторник																					
Завтрак 1 (до 3 лет)																					
2/2011 Дефи пункт	12797	Батон с маслом	20/5	1,54	4,21	10,35	85,39	20,00	0,02	0,01		0,05									
	14545	Десерт фруктовый (банан)	70	1,10	0,37	15,33	68,99		0,03	0,04	7,30	0,29									
215 Дефи пункт	13601	Омлет натуральный	80	6,73	12,44	1,45	144,68	4,60	0,01	0,03	0,30	1,51									
	14633	Кофейный напиток с молоком	150	2,30	2,40	12,23	79,74	15,00	0,03	0,11	0,98										
Итого:				325	11,66	19,41	39,36	378,79	39,60	0,09	0,20	8,57	1,85								
	14416	Снежок С	160	4,46	4,13	17,82	126,23	33,00	0,05	0,21	1,49										
Итого:				160	4,46	4,13	17,82	126,23	33,00	0,05	0,21	1,49									
Обед (до 3 лет)																					
	13868	Огурец свежий	25	0,18	0,03	0,49	2,94		0,01	0,01	1,82	0,03									
	14895	Суп крестьянский с крупой на курином бульоне	150	4,48	5,82	8,43	104,03	6,60	0,05	0,05	12,92	9,96									
	15216	Пудинг рыбный запеченный	60	11,57	4,60	3,84	103,08	14,03	0,02	0,03	0,09	1,30									
	14624	Картофельное пюре	110	2,41	3,72	16,19	107,93	18,88	0,12	0,10	19,03	0,13									
	14631	Компот из яблок	150	0,14	0,14	9,32	39,05		0,01	0,01	3,40	0,07									
	12807	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		2,72									
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04		0,03	0,01		0,35									
Итого:				550	22,79	15,02	60,98	470,29	39,51	0,32	0,24	37,28	14,55								
Уплотненный полдник (до 3 лет)	360	Икра кабачковая (консервы)	30	0,60	2,80	2,43	37,32														
298/14 Дефи пункт	14134	Голубцы ленивые из говядины с рисом	60	4,11	5,68	4,34	84,92	5,00	0,02	0,03	16,70	17,12									
	15234	Макаронные изделия А Я	100/5	3,85	5,45	24,68	163,15		0,06	0,01		2,75									
	15305	Чай без сахара	150	0,04	0,01	0,01	0,31														
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04		0,03	0,01		0,35									
	13651	Вафли в асс 18 г.	15	1,03	5,22	11,16	95,72														
Итого:				360	16,67	20,92	45,02	415,45	5,00	0,11	0,05	16,70	20,21								
Среда																					
Завтрак 1 (до 3 лет)																					
3/2011 Дефи пункт	12811	Батон с маслом и сыром	20/5/6	2,72	5,71	10,35	103,66	33,26	0,02	0,03	0,04	0,05									
	15376	Каша молочная кукурузная жидкая с сахаром и маслом	150/5/2	4,70	4,23	29,87	176,33	23,12	0,07	0,14	0,98	0,02									
	14630	Чай с молоком	150	1,33	1,47	9,15	55,18	9,20	0,02	0,07	0,60										
Итого:				337	8,76	11,41	49,36	335,17	65,58	0,11	0,23	1,62	0,07								
	15752	Варенец	150	4,35	3,75	6,15	75,75		0,05	0,20											
Итого:				150	4,35	3,75	6,15	75,75		0,05	0,20										
Обед (до 3 лет)																					
таб.24/1996	13692	Помидор свежий	20	0,22	0,04	0,76	4,28		0,01	0,01	5,00	0,14									
	14676	Суп лапша домашняя на кур.бульоне	150	5,06	6,37	8,59	111,87	14,63	0,04	0,05	1,76	1,55									
288/2011 Дефи пункт	14180	Фрикадельки мясные	50	5,70	7,97	3,71	109,37	2,00	0,02	0,02	0,44	1,29									
137/2014 Дефи пункт	13981	Рагу из овощей	100/5	1,86	8,99	11,20	133,54	27,50	0,07	0,06	17,89	10,07									
	14831	Напиток лимонный	150	0,11	0,01	5,35	21,84		0,00	0,00	4,80	0,02									
	12807	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		2,72									
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04		0,03	0,01		0,35									
Итого:				530	17,06	24,10	52,31	494,38	44,13	0,26	0,18	29,88	16,13								
	13168	Десерт фруктовый (апельсин)	75	0,68	0,15	6,08	28,35		0,03	0,02	45,00	0,68	0,68	1,50	25,50	9,75	17,25	0,23			
	15772	Салат из моркови с яблоками	40	0,37	2,10	3,46	34,20		0,02	0,02	3,08	1,22									
	15756	Сырники классические со сгущенным молоком	100/20	13,65	10,21	43,21	319,39														
	15305	Чай без сахара	150	0,04	0,01	0,01	0,31		0,01	0,03	0,20	1,55									
479/2011 Дефи пункт	13962	Булочка Молочная	30	2,39	2,14	14,54	86,93	2,46	0,04	0,03	0,16	0,94									
Итого:				415	17,13	14,61	67,29	469,17	2,46	0,10	0,10	48,44	4,39	0,68	1,50	116,04	31,67	105,73	1,10		
Четверг																					
Завтрак 1 (до 3 лет)																					
3/2011 Дефи пункт	12811	Батон с маслом и сыром	20/5/6	2,72	5,71	10,35	103,66	33,26	0,02	0,03	0,04	0,05									
	14805	Яйцо вареное	20	2,55	2,30	0,15	31,50	94,00	0,02	0,13											
	15283	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,36	4,60	14,61	117,39	27,00	0,06	0,16	1,37	0,20									
	14679	Какао с молоком	150	3,15	3,24	12,51	91,86	18,40	0,04	0,14	1,20										
Итого:				350	12,80	15,86	37,62	344,41	172,66	0,15	0,46	2,60	0,43								
	15439	Напиток сыровоточный	15																		

Уплотненный полдник (до 3 лет)

ТТК	12871	Десерт фруктовый (яблоко)	70	0,28	0,28	6,86	31,08			0,02	0,01	7,00	0,14			11,20	6,30	7,70	1,54
	15250	Котлета рыбная Веста из минтая из п/ф	50	8,68	4,94	8,39	112,74						1,33						0,06
	14863	Картофель запеченный с растительным маслом	110	2,48	4,09	20,21	127,60			0,15	0,09	24,80	1,72			14,98	28,67	72,52	1,14
	15305	Чай без сахара	150	0,04	0,01	0,01	0,31												
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04			0,03	0,01		0,35			4,20	8,10	20,40	0,54
	15455	Мармелад в асс.	10		0,01	8,00	32,09												
		Итого:	405	12,77	9,53	50,26	337,85			0,20	0,11	31,80	3,54			30,38	43,07	109,68	3,22
		Итого:	1 420	45,98	45,27	176,88	1 306,91			187,91	0,58	0,73	49,62	10,70		417,76	149,69	547,35	10,88

Пятица

Завтрак 1 (до 3 лет)

3/2011 Дели плюс	12811	Батон с маслом и сыром	20/5/5	2,72	5,71	10,35	103,66	33,26	0,02	0,03	0,04	0,05				49,88	4,39	40,00	0,30
	15378	Каша молочная пшенная жидкая с сахаром и маслом	150/5/2	5,66	4,86	28,52	180,44	23,12	0,16	0,13	0,98	0,11				100,92	35,57	138,84	0,92
	14830	Чай с молоком	150	1,33	1,47	9,15	55,18	9,20	0,02	0,07	0,60					55,41	6,44	41,40	0,07
		Итого:	337	9,72	12,04	48,01	339,28	65,58	0,20	0,22	1,62	0,16				206,21	46,40	220,24	1,28

Завтрак 2 (до 3 лет)

401/2014 Дели плюс	12810	Кефир	150	4,47	3,85	6,16	77,15	30,80	0,06	0,26	1,08					1,85	21,56	138,60	0,15
		Итого:	150	4,47	3,85	6,16	77,15	30,80	0,06	0,26	1,08					1,85	21,56	138,60	0,15

Обед (до 3 лет)

табл 24/199 Б	13691	Огурец свежий	20	0,14	0,02	0,38	2,26			0,01	0,00	1,40	0,02			3,40	2,80	6,00	0,10
	14682	Суп гороховый на кур.бульоне	150	6,06	2,75	11,89	96,52	5,25	0,17	0,07	7,38	0,27				27,82	24,70	76,12	1,47
	15256	Запеканка картофельная с говядиной Я (фашш Особый)	120	7,84	9,80	20,75	202,55	0,76	0,15	0,08	23,80	1,82				14,60	28,51	73,89	1,17
	14620	Напиток из апельсинов	150	0,15	0,03	6,33	26,20			0,01	0,00	9,90	0,03			5,76	2,15	3,80	0,06
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04			0,03	0,01		0,35			4,20	8,10	20,40	0,54
	12807	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24			0,07	0,03		2,72			18,80			1,56
		Итого:	495	18,19	13,32	62,05	440,81	6,01	0,43	0,20	42,48	5,21				74,58	66,26	180,20	4,90

Уплотненный полдник (до 3 лет)

	13620	Десерт фруктовый (груша)	60	0,24	0,16	6,18	27,30			0,01	0,02	3,00	0,24			11,40	7,20	9,60	1,38
	14940	Салат из моркови с сахаром	40	0,05	0,04	2,15	9,16			0,02	0,03	2,02	0,52			10,95	15,32	22,18	0,29
235/2011 Дели плюс	13894	Пудинг из творога запеченный с соусом	100/30	18,89	10,54	29,48	288,29	46,30	0,05	0,07	0,21	0,43				39,03	12,20	56,54	1,99
	14670	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28,21									0,21			0,02
	15387	Печенье Сахарное	20	1,50	1,96	14,88	83,16												
		Итого:	400	20,72	12,73	59,68	436,12	46,30	0,09	0,12	5,23	1,20				61,59	34,73	88,32	3,67
		Итого:	1 382	53,09	41,94	175,89	1 293,36	148,69	0,78	0,81	50,41	6,57				344,22	168,94	627,35	10,01



Циклическое меню Ясли 4-х разовое

на период с 08.07.2024г. по 12.07.2024

Сборник рецептур	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины							Минеральные вещества				
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Ca (мг)	P (мг)	Fe (мг)				
Понедельник																			
Завтрак 1 (до 3 лет)																			
3/2011 Дели пункт	12811	Батон с маслом и сыром	20/5/5	2,72	5,71	10,35	103,66	33,26	0,02	0,03	0,04	0,05			49,88	4,39	40,00	0,30	
	15367	Каша молочная манная жидкая с сахаром и маслом	150/5/2	4,69	4,22	25,05	156,90	23,84	0,06	0,13	1,03	0,37			101,10	15,29	91,66	0,34	
	14633	Кофейный напиток с молоком	150	2,30	2,40	12,23	79,74	15,00	0,03	0,11	0,98				90,21	10,50	67,50	0,10	
		Итого:	337	9,71	12,33	47,62	340,29	72,00	0,12	0,27	2,04	0,42			241,19	30,18	199,18	0,73	
Завтрак 2 (до 3 лет)																			
401/2014 Дели плюс	12821	Ряженка	150	4,47	3,85	6,47	78,39	30,80	0,03	0,20	0,46				190,96	21,56	141,68	0,15	
		Итого:	150	4,47	3,85	6,47	78,39	30,80	0,03	0,20	0,46				190,96	21,56	141,68	0,15	
Обед (до 3 лет)																			
	15016	Салат Ароматный	40	0,50	4,04	1,33	43,65		0,01	0,01	10,43	10,60			35,15	7,38	16,90	0,40	
	14766	Суп с макаронными изделиями на кур. бульоне	150	3,28	4,74	9,19	92,52	3,90	0,03	0,02	1,59	1,54			9,80	5,80	32,04	0,41	
	15254	Фрикадельки из говядины из п/ф	50	7,75	9,96	4,35	138,04										0,09		
	14868	Каша гречневая вязкая	110	3,39	3,67	15,28	107,74	15,40	0,12	0,06		0,25			7,23	53,41	80,84	1,80	
	14626	Напиток из плодов шиповника	150	0,51	0,21	14,23	60,85		0,01	0,05	150,00	0,57			9,21	2,55	2,55	0,47	
	12794	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38			0,05	0,02				5,60	10,80	27,20	0,72	
ТТК	12846	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43			0,05	0,02				14,10			1,17	
		Итого:	550	19,19	23,27	65,36	547,62	19,30	0,27	0,18	162,02	14,93			81,09	79,93	159,63	4,87	
Уплотненный полдник (до 3 лет)																			
	360	Икра кабачковая (консервы)	30	0,60	2,80	2,43	37,32										1,50	0,01	
	15513	Вареники с картофелем с маслом	150/5	6,99	7,80	41,77	265,24	0,02	0,00	0,01		0,02							
	15305	Чай без сахара	150	0,04	0,01	0,01	0,31									4,20	8,10	20,40	0,54
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04			0,03	0,01								
	15532	Пряники в асс. 27г.	27	1,35	1,49	20,20	99,61												
	15787	Пюре фруктовое Малышам 125мл.													5,40	8,10	21,90	0,55	
		Итого:	377	10,27	12,30	71,19	436,61	0,02	0,04	0,02		0,37			518,64	139,77	522,39	6,41	
		Итого:	1 414	43,64	51,74	190,64	1 402,81	122,22	0,46	0,67	164,52	15,71							
Вторник																			
Завтрак 1 (до 3 лет)																			
15508		Морковь порционная	20	0,27	0,02	1,45	7,08		0,01	0,01	1,05	0,27			5,67	7,98	11,55	0,15	
3/2011 Дели пункт	12811	Батон с маслом и сыром	20/5/5	2,72	5,71	10,35	103,66	33,26	0,02	0,03	0,04	0,05			49,88	4,39	40,00	0,30	
215 Дели пункт	13601	Омлет натуральный	80	6,73	12,44	1,45	144,68	4,60	0,01	0,03	0,30	1,51			29,44	3,33	21,14	0,04	
	14630	Чай с молоком	150	1,33	1,47	9,15	55,18	9,20	0,02	0,07	0,60				55,41	6,44	41,40	0,07	
		Итого:	280	11,06	19,64	22,39	310,59	47,06	0,06	0,15	1,98	1,83			140,40	22,14	114,09	0,55	
Завтрак 2 (до 3 лет)																			
	15290	Снежок	130	3,62	3,35	14,47	102,51	26,80	0,04	0,17	1,21				162,14	20,10	125,96	0,13	
		Итого:	130	3,62	3,35	14,47	102,51	26,80	0,04	0,17	1,21				162,14	20,10	125,96	0,13	
Обед (до 3 лет)																			
таб 24/1996	13692	Помидор свежий	20	0,22	0,04	0,76	4,28		0,01	0,01	5,00	0,14			2,80	4,00	5,20	0,16	
	15639	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне	150	3,83	5,52	7,30	94,21	6,00	0,04	0,05	11,64	6,82			31,89	17,59	55,80	0,91	
	15239	Котлета рыбная Любительская С (навага)	60	12,23	3,77	3,54	97,05	32,90	0,02	0,06	1,13	1,02			8,92	8,08	25,55	0,36	
472/96	12841	Картофельное пюре	100	2,20	3,39	14,72	98,15	17,16	0,11	0,09	17,31	0,12			32,03	22,10	65,61	0,82	
	14620	Напиток из апельсинов	150	0,15	0,03	6,33	26,20		0,01	0,00	9,90	0,03			5,76	2,15	3,80	0,06	
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04			0,03	0,01				4,20	8,10	20,40	0,54	
	12807	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24			0,07	0,03				18,80			1,56	
		Итого:	535	22,64	13,47	55,36	433,16	56,06	0,30	0,25	44,98	11,19			104,39	62,02	178,35	4,43	
Уплотненный полдник (до 3 лет)																			
таб 24/199	13691	Огурец свежий	20	0,14	0,02	0,38	2,26		0,01	0,00	1,40	0,02			3,40	2,80	6,00	0,10	
14850		Мякоть цыпленка тушеная в сметанном соусе	40/40	5,34	4,90	14,78	124,58	10,00	0,01	0,01	0,04	0,08			10,52	1,45	8,92	0,07	
	15234	Макароны отварные А Я	100/5	3,85	5,45	24,68	163,15		0,06	0,01		2,75			10,70	5,84	31,38	0,59	
	14670	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28,21								0,21			0,02	
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04			0,03	0,01				4,20	8,10	20,40	0,54	
ТТК	11500	Трубочка слоеная в ассортименте	35	1,64	5,74	14,41	115,86	3,76		0,01		0,01			0,57			0,03	
		Итого:	405	12,30	16,31	68,01	468,09	13,76	0,11	0,05	1,44	3,20			29,60	18,19	66,70	1,35	
		Итого:	1 350	49,62	52,77	160,23	1 314,35	143,68	0,51	0,62	49,61	16,22			436,53	122,45	483,10	6,46	
Среда																			
Завтрак 1 (до 3 лет)																			
2/2011 Дели пункт	12797	Батон с маслом	20/5	1,54	4,21	10,35	85,39	20,00	0,02	0,01		0,05			5,00	2,60	14,50	0,25	
	15363	Каша молочная ячневая жидкая с сахаром и маслом	150/5/2	3,66	4,01	18,29	123,86	22,76	0,07	0,13	0,96	0,25			102,29	17,90	118,70	0,37	
	14679	Какао с молоком	150	3,15	3,24	12,51	91,86	18,40	0,04	0,14	1,20				113,20	21,38	95,90	0,56	
		Итого:	332	8,35	11,46	41,15	301,11	61,16	0,13	0,28	2,16	0,30			220,49	41,88	229,10	1,18	
Завтрак 2 (до 3 лет)																			
	15752	Варенец	150	4,35	3,75	6,15	75,75		0,05	0,20					177,00		144,00	0,15	
		Итого:	150	4,35	3,75	6,15	75,75		0,05	0,20					177,00		144,00	0,15	
Обед (до 3 лет)																			
таб 24/199	13691	Огурец свежий	20	0,14	0,02	0,38	2,26		0,01	0,00	1,40	0,02			3,40	2,80	6,00	0,10	
136/96	13043	Суп картофельный с рисом на кур.бульоне	150	3,93	3,99	10,62	94,12	5,63	0,08	0,06	10,34	0,34			19,06	18,64	62,75	0,79	
	14738	Шницель рубленый из птицы	60	5,89	7,01	19,19	163,47	3,12	0,05	0,04	0,20	2,04			25,62	12,84	40,68	0,81	
	15516	Капуста свежая тушеная	100	2,38	3,64	9,97	82,19		0,04	0,05	54,78	55,87			63,67	21,03	42,67	0,82	
	14618	Компот из ягод	150	0,15	0,06	16,07	65,42		0,01	0,01	30,00	0,15			5,85	4,65	4,95	0,24	
	12807	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24			0,07	0,03				18,80			1,56	
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04			0,03	0,01				4,20	8,10	20,40	0,54	
		Итого:	535	16,51	15,45	78,93	520,74	8,75	0,28	0,21	95,73	61,48			140,59	68,05	177,44	4,84	
Уплотненный полдник (до 3 лет)																			
	14940	Салат из моркови с сахаром	40	0,															

256/14	12808	Котлета рыбная из минтая	60	11,88	4,21	5,68	108,13	3,00	0,10	0,10	0,20	1,59			48,58	8,11	28,75	0,95	
ДеПид.проект			100	2,00	3,34	16,30	103,23		0,12	0,07	20,00	1,41			12,58	23,15	58,58	0,92	
14936		Картофель отварной	150	0,04	0,01	6,99	28,21								0,21			0,02	
14670		Чай с сахаром	50	4,56	5,57	30,22	189,25	10,40	0,07	0,05	0,20	2,44			28,08	7,97	48,71	1,20	
467/2014	12907	Булочка Ванильная	15	1,29	0,20	6,78	34,04		0,03	0,01		0,35			4,20	8,10	20,40	0,54	
ДеПид.проект			15	2,43	0,70	25,77			0,01	0,01	2,60	1,10			6,31	5,19	11,18	0,19	
14617		Хлеб пшеничный	40	0,26											99,95	52,63	167,82	3,81	
16/04	13595	Салат из свежих огурцов						13,40	0,34	0,24	22,89	6,87							
		Итого:	415	20,03	15,76	66,68	488,64	13,40	0,34	0,24	22,89	6,87			500,74	202,44	639,77	16,36	
		Итого:	1 555	57,39	50,37	202,02	1 490,97	115,66	1,18	0,80	61,96	28,42							

Пятница

Завтрак 1 (до 3 лет)															49,88	4,39	40,00	0,30	
3/2011	12811	Батон с маслом и сыром	20/5/5	2,72	5,71	10,35	103,66	33,26	0,02	0,03	0,04	0,05							
ДеПид.проект			150/5/2	4,48	6,83	23,10	171,79	23,90	0,14	0,14	1,03	0,39			108,15	40,94	147,94	0,93	
15365		Каша молочная геркулесовая жидкая с сахаром и маслом	150	2,30	2,40	12,23	79,74	15,00	0,03	0,11	0,98				90,21	10,50	67,50	0,10	
	14633	Кофейный напиток с молоком						72,16	0,19	0,28	2,04	0,44			248,24	55,82	255,44	1,33	
		Итого:	337	9,50	14,94	45,68	355,19	72,16	0,19	0,28	2,04	0,44							

Завтрак 2 (до 3 лет)															1,85	21,56	138,60	0,15	
4/01/2014	12810	Кефир	150	4,47	3,85	6,16	77,15	30,80	0,06	0,26	1,08								
ДеПид.проект															1,85	21,56	138,60	0,15	
		Итого:	150	4,47	3,85	6,16	77,15	30,80	0,06	0,26	1,08								

Обед (до 3 лет)															2,60	2,14	4,59	0,08	
Таблица	10193	Огурец свежий порционный	15	0,11	0,02	0,29	1,78		0,00	0,00	1,07	0,02							
	14624	Суп из овощей кур бульоне	150	3,86	4,83	6,99	86,87	5,63	0,07	0,06	13,70	6,82			24,75	17,15	57,75	0,75	
	15258	Гуляш из отварного мяса говядины	30/30	9,12	10,61	1,88	139,49		0,01	0,00	0,60	1,37			9,79	1,54	6,42	0,15	
	15291	Каша перловая вязкая	100	2,03	2,77	14,45	90,90	14,00	0,03	0,02		0,27			9,91	8,67	70,78	0,40	
	14809	Компот из сухофруктов	150			5,99	23,95								0,18			0,02	
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04		0,03	0,01		0,35			4,20	8,10	20,40	0,54	
	14617	Хлеб пшеничный	30	2,04	0,39	11,84	59,43		0,05	0,02		0,42			14,10			1,17	
ТТК	12846	Хлеб ржаной						19,63	0,19	0,12	15,37	9,24			65,52	37,80	159,94	3,11	
		Итого:	520	18,45	18,82	48,32	436,45	19,63	0,19	0,12	15,37	9,24							

Уплотненный полдник (до 3 лет)															9,16	10,24	14,46	0,59	
	15772	Салат из моркови с яблоками	40	0,37	2,10	3,46	34,20		0,02	0,02	3,06	1,22							
	13168	Десерт фруктовый (апельсин)	75	0,68	0,15	6,08	28,35		0,03	0,02	45,00	0,68	0,68	1,50	25,50	9,75	17,25	0,23	
	15398	Запеканка творожная с крошкой и молоком ргущеным	100/20	14,55	19,66	31,17	359,82	88,00	0,05	0,15	0,20	0,42			83,48	11,96	106,00	6,24	
	15305	Чай без сахара	150	0,04	0,01	0,01	0,31												
	13651	Вафли в асс 18 г.		1,03	5,22	11,16	95,72												
		Итого:	385	15,65	21,93	40,73	518,40	88,00	0,10	0,19	48,28	2,32	0,68	1,50	118,14	31,95	137,71	7,05	
		Итого:	1 392	48,06	59,54	140,89	1 387,19	210,59	0,55	0,86	66,77	12,00	0,68	1,50	433,75	146,92	691,69	11,64	

таб.24/1996	13692	Помидор свежий	20	0,22	0,04	0,76	4,28		0,01	0,01	5,00	0,14							
	15493	Биточки рыбные с овощами запеченные пбг.(навага)	60	12,36	6,76	5,35	131,73	26,43	0,03	0,05	3,60	4,71		2,80	4,00	5,20	0,18		
472/96	12841	Картофельное пюре	100	2,20	3,39	14,72	98,15	17,16	0,11	0,09	17,31	0,12		60,00	10,34	51,37	1,14		
ТТК	12795	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28,21							32,03	22,10	65,61	0,82		
	12794	Булочка десертная (повидло)	50	3,81	4,59	30,77	179,64	9,90	0,06	0,05	0,16	2,03		0,21					
		Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46		24,06	7,20	41,07	1,26		
		Итого:	400	20,35	15,05	87,64	487,40	53,49	0,25	0,21	28,06	7,47		5,60	10,80	27,20	0,72		
Пятница																			
Завтрак 1 (до 3 лет)																			
3/20/11	12811	Батон с маслом и сыром	20/5/5	2,72	5,71	10,35	103,66	33,26	0,02	0,03	0,04	0,05		49,88	4,39	40,00	0,30		
	15378	Каша молочная пшеничная жидкая с сахаром и маслом	150/5/2	5,66	4,86	28,52	180,44	23,12	0,16	0,13	0,98	0,11		100,92	35,57	138,84	0,92		
	14630	Чай с молоком	150	1,33	1,47	9,15	55,18	9,20	0,02	0,07	0,60			55,41	6,44	41,40	0,07		
		Итого:	337	9,72	12,04	48,01	339,28	65,58	0,20	0,22	1,62	0,16		206,21	46,40	220,24	1,28		
Завтрак 2 (до 3 лет)																			
401/2014	12810	Кефир	150	4,47	3,85	6,16	77,15	30,80	0,06	0,26	1,08			1,85	21,56	138,60	0,15		
		Итого:	150	4,47	3,85	6,16	77,15	30,80	0,06	0,26	1,08			1,85	21,56	138,60	0,15		
Обед (до 3 лет)																			
	13868	Огурец свежий	25	0,18	0,03	0,49	2,94		0,01	0,01	1,82	0,03		4,42	3,64	7,90	0,13		
	14676	Суп лапша домашняя на квр.бульоне	150	5,06	6,37	8,59	111,97	14,63	0,04	0,05	1,76	1,55		22,00	8,13	51,82	1,28		
276/11	14215	Жаркое по-домашнему из говядины 1	25/125	2,79	4,35	22,42	139,96		0,16	0,09	27,50	1,84		27,65	32,56	85,27	1,36		
	14618	Компот из ягод	150	0,15	0,06	16,07	65,42		0,01	0,01	30,00	0,15		5,85	4,65	4,95	0,24		
	12794	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46		5,60	10,80	27,20	0,72		
ТТК	12846	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42		14,10			1,17		
		Итого:	525	11,95	11,46	68,55	425,10	14,63	0,32	0,20	61,08	4,45		79,62	59,78	177,04	4,91		
Уплотненный полдник (до 3 лет)																			
	14940	Салат из моркови с сахаром	40	0,05	0,04	2,15	9,16		0,02	0,03	2,02	0,52		10,95	15,32	22,18	0,29		
	13620	Десерт фруктовый (груша)	60	0,24	0,18	5,18	27,30		0,01	0,02	3,00	0,24		11,40	7,20	9,60	1,38		
	15421	Вареники ленивые отварные с молоком стгуш.	100/20	20,10	4,81	27,29	232,85	14,25	0,03	0,06	0,20	0,20		70,72	9,35	66,77	1,62		
	15173	Чай с шиповником без сахара	150	0,24	0,09	2,39	11,33		0,00	0,01	49,00	0,19		2,94	0,83	0,83	0,15		
	15532	Пряники в асс. 27г.	27	1,35	1,49	20,20	99,61												
		Итого:	397	21,98	6,61	58,21	380,25	14,25	0,07	0,12	54,22	1,15		96,01	32,71	99,38	3,44		
Итого:			1 409	48,11	33,96	180,94	1 221,78	125,26	0,65	0,80	117,99	5,75		383,69	160,44	635,26	9,78		



Циклическое меню Ясли 4-х разовое

на период с 22.07.2024г. по 26.07.2024

Сборник рецептов	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины							Минеральные вещества					
				Белки	Жиры	Углево-ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)			
Понедельник																				
Завтрак 1 (до 3 лет)																				
3/2011 Дели пункт	12811	Батон с маслом и сыром	20/5/5	2,72	5,71	10,35	103,66	33,26	0,02	0,03	0,04	0,05								
	15048	Каша молочная манная жидкая с печеньем	150	3,50	4,15	14,59	134,68	24,20	0,05	0,13	1,05	0,19								
	14679	Какао с молоком	150	3,15	3,24	12,51	91,86	18,40	0,04	0,14	1,20									
		Итого:	330	9,38	13,11	37,45	330,20	75,86	0,11	0,30	2,28	0,24								
401/2014 Дели пункт	12958	Ряженка	160	4,76	4,10	6,89	83,48	32,80	0,03	0,21	0,49									
		Итого:	160	4,76	4,10	6,89	83,48	32,80	0,03	0,21	0,49									
		Итого:	490	14,14	17,21	44,34	413,68	108,66	0,14	0,51	2,77	0,24								
Обед (до 3 лет)																				
	360	Икра кабачковая (консервы)	30	0,60	2,80	2,43	37,32													
	14624	Суп из овощей кур бульоне	150	3,86	4,83	6,99	86,87		5,63	0,07	0,06	13,70	6,82				24,75	17,15	57,75	
ТТК	15246	Котлета Пожарская из п/ф	50	9,30	7,10	8,50	135,10												0,04	
	15234	Макарони отварные А Я	100/5	3,85	5,45	24,68	163,15			0,06	0,01						10,70	5,84	31,38	
	14809	Компот из сухофруктов	150			5,99	23,95												0,18	
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04			0,03	0,01		0,35				4,20	8,10	20,40	
	12807	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24			0,07	0,03		2,72				18,80		1,56	
		Итого:	540	21,62	20,89	71,28	559,66	5,63	0,23	0,11	13,70	13,52					58,83	31,09	109,56	3,46
Уплотненный полдник (до 3 лет)																				
таб 24/1996	13692	Помидор свежий	20	0,22	0,04	0,76	4,28			0,01	0,01	5,00	0,14				2,80	4,00	5,20	
ТТК	12906	Десерт фруктовый (яблоко)	90	0,36	0,36	8,82	39,96			0,03	0,02	9,00	0,18				14,40	8,10	9,90	
	14677	Рулет мясной с луком и яйцом	60	6,35	8,95	6,31	131,22	19,50		0,03	0,05	3,53	1,39				27,39	8,16	40,72	
	14883	Картофель запеченный с растительным маслом	110	2,48	4,09	20,21	127,60			0,15	0,09	24,80	1,72				14,98	28,67	72,52	
	15305	Чай без сахара	150	0,04	0,01	0,01	0,31													
	12794	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38			0,05	0,02		0,46				5,60	10,80	27,20	
	15455	Мармелад в асс.	10		0,01	8,00	32,09													
		Итого:	460	11,17	13,73	53,16	380,84	19,50	0,26	0,18	42,33	3,90					65,17	59,73	155,53	8,14
		Итого:	1490	46,92	51,83	168,78	1354,17	133,79	0,64	0,81	58,81	17,65					593,88	153,09	635,48	10,85
Вторник																				
Завтрак 1 (до 3 лет)																				
2/2011 Дели пункт	12797	Батон с маслом	20/5	1,54	4,21	10,35	65,39	20,00	0,02	0,01		0,05					5,00	2,60	14,50	
	15508	Морковь порционная	20	0,27	0,02	1,45	7,08			0,01	0,01	1,05	0,27				5,67	7,98	11,55	
215 Дели пункт	13601	Омлет натуральный	80	6,73	12,44	1,45	144,68	4,60	0,01	0,03	0,30	1,51					29,44	3,33	21,14	
	15537	Повидло порционное С	10	0,04		6,57	26,42			0,00	0,00						1,41	0,71	0,91	
	14630	Чай с молоком	150	1,33	1,47	9,15	55,18	9,20	0,02	0,07	0,60	0,05					55,41	6,44	41,40	
		Итого:	285	9,92	18,14	28,96	318,74	33,80	0,06	0,13	1,95	1,88					96,93	21,06	89,50	0,63
Завтрак 2 (до 3 лет)																				
	14416	Снежок С	160	4,46	4,13	17,82	126,23	33,00	0,05	0,21	1,49						199,65	24,75	155,10	
		Итого:	160	4,46	4,13	17,82	126,23	33,00	0,05	0,21	1,49						199,65	24,75	155,10	0,17
Обед (до 3 лет)																				
таб 24/1996	13692	Помидор свежий	20	0,22	0,04	0,76	4,28			0,01	0,01	5,00	0,14				2,80	4,00	5,20	
	14790	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	150	3,97	5,54	5,71	88,56	6,00	0,05	0,06	19,25	15,61					35,84	16,99	55,98	
	16570	Фрикадельки рыбные запеченные с соусом молочным	60/10	10,68	5,01	4,31	105,05	21,82	0,09	0,10	0,08	1,29					50,40	6,04	33,69	
	14824	Картофельное пюре	110	2,41	3,72	16,19	107,93	18,88	0,12	0,10	19,03	0,13					35,23	24,30	72,14	
	14620	Напиток из апельсинов	150	0,15	0,03	6,33	26,20			0,01	0,00	9,90	0,03				5,76	2,15	3,80	
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04			0,03	0,01		0,35				4,20	8,10	20,40	
	12807	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24			0,07	0,03		2,72				18,80		1,56	
		Итого:	555	21,44	15,06	55,99	445,29	46,70	0,38	0,31	53,25	20,26					153,03	61,57	190,82	5,97
Уплотненный полдник (до 3 лет)																				
таб 24/1996	13691	Огурец свежий	20	0,14	0,02	0,38	2,26			0,01	0,00	1,40	0,02				3,40	2,80	6,00	
	14615	Биточки свиные из говядины	60	7,81	10,90	9,44	167,11	2,80	0,05	0,04	0,18	2,05					23,75	12,73	39,51	
	15233	Рис отварной А Я	100	2,50	4,85	26,42	159,34			0,03	0,01		2,14				6,54	18,07	54,39	
	15038	Соус сметанный	15	0,22	0,58	0,92	9,76	3,75	0,00	0,00	0,02	0,03					3,94	0,54	3,35	
	14670	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28,21											0,21		
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04			0,03	0,01		0,35				4,20	8,10	20,40	
№ 687/1996	10555	Пирожок с яблоками	50	3,25	1,54	25,29	128,02	4,70	0,06	0,90	1,99	2,89	2,89	0,45			10,84	6,74	30,22	
		Итого:	410	15,25	18,10	76,22	528,74	11,25	0,17	0,97	3,59	7,47	2,89	0,45			52,88	48,98	153,86	2,71
		Итого:	1410	51,06	55,42	178,99	1418,99	124,75	0,67	1,63	60,27	29,62	2,89	0,45			502,49	156,36	589,29	9,48
Среда																				
Завтрак 1 (до 3 лет)																				
3/2011 Дели пункт	12811	Батон с маслом и сыром	20/5/5	2,72	5,71	10,35	103,66	33,26	0,02	0,03	0,04	0,05					49,88	4,39	40,00	
	15376	Каша молочная кукурузная жидкая с сахаром и маслом	150/5/2	4,70	4,23	29,87	176,33	23,12	0,07	0,14	0,98	0,02					98,82	10,67	68,94	
	14633	Кофейный напиток с молоком	150	2,30	2,40	12,23	79,74	15,00	0,03	0,11	0,98	0,07					90,21	10,50	67,50	
		Итого:	337	9,72	12,34	52,45	359,73	71,38	0,12	0,28	1,99	0,14					239,91	25,56	176,44	1,31
Завтрак 2 (до 3 лет)																				
	15752	Варенец	150	4,35	3,75	6,15	75,75			0,05	0,20						177,00		144,00	
		Итого:	150	4,35	3,75	6,15	75,75			0,05	0,20						177,00		144,00	0,15
Обед (до 3 лет)																				
	14766	Суп с макаронными изделиями на кур. бульоне	150	3,26	4,74	9,19	92,52	3,90	0,03	0,02	1,59	1,54					9,80	5,80	32,04	
ТТК	13812	Гуляш из отварного мяса	30/30	9,06	14,76	2,28	176,50			0,01	0,01	0,80	0,94				4,94	3,16	7,65	
277/2014 Дели пункт	14868	Каша гречневая вязкая	110	3,39	3,67	15,28	107,74	15,40	0,12	0,06		0,25					7,23	53,41	80,84	
	14618	Компот из ягод	150	0,15	0,06	16,07	65,42			0,01	0,01	30,00	0,15							

		Итого:	535	17,93	19,39	62,53	496,34	5,49	0,26	0,19	73,10	61,99			132,62	64,32	154,15	6,57	
Уплотненный полдник (до 3 лет)																			
13868	Огурец свежий	25	0,18	0,03	0,49	2,94		0,01	0,01	1,82	0,03								
15239	Котлета рыбная Любительская С (навага)	60	12,23	3,77	3,54	97,05	32,90	0,02	0,06	1,13	1,02				4,42	3,64	7,80	0,13	
14936	Картофель отварной	100	2,00	3,34	16,30	103,23		0,12	0,07	20,00	1,41				8,92	8,08	25,55	0,36	
14670	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28,21									12,58	23,15	58,58	0,92	
14254	Булочка Дорожная	30	2,16	4,69	17,28	119,97	2,40	0,03	0,01						0,21			0,02	
14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04		0,03	0,01						4,45	3,16	17,17	0,25	
		Итого:	380	17,90	12,03	51,38	385,44	35,30	0,21	0,15	22,85	4,87			4,20	8,10	20,40	0,54	
		Итого:	1 495	44,66	43,74	171,85	1 259,74	110,25	0,62	0,62	101,55	67,24	0,28	1,40	415,95	154,36	499,24	11,21	
Пятница																			
Завтрак 1 (до 3 лет)																			
3/2011 Дели принт	12811	Батон с маслом и сыром	20/5/5	2,72	5,71	10,35	103,66												
	15365	Каша молочная геркулесовая жидкая с сахаром и маслом	150/5/2	4,48	6,83	23,10	171,79	33,26	0,02	0,03	0,04	0,05				49,88	4,39	40,00	0,30
	14679	Какао с молоком	150	3,15	3,24	12,51	91,86	18,40	0,14	0,14	1,03	0,39				108,15	40,94	147,94	0,93
		Итого:	337	10,36	15,78	45,96	367,31	75,56	0,20	0,31	2,27	0,44				113,20	21,38	95,90	0,56
		Итого:	150	4,47	3,85	6,16	77,15	30,80	0,06	0,26	1,08					1,85	21,56	138,60	0,15
Завтрак 2 (до 3 лет)																			
401/2014 Дели плюс	12810	Кефир	150	4,47	3,85	6,16	77,15	30,80	0,06	0,26	1,08								
		Итого:	150	4,47	3,85	6,16	77,15	30,80	0,06	0,26	1,08								
Обед (до 3 лет)																			
Табл 24/199 Б	13691	Огурец свежий	20	0,14	0,02	0,38	2,26												
	14895	Суп крестьянский с крупой на курином бульоне	150	4,48	5,82	8,43	104,03		0,01	0,00	1,40	0,02				3,40	2,80	6,00	0,10
	14831	Напиток лимонный	150	0,11	0,01	5,35	21,94	6,60	0,05	0,05	12,92	9,96				33,19	16,54	71,35	0,79
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04		0,00	0,00	4,80	0,02				4,95	1,44	0,26	0,09
	15262	Азу из говядины Я	30/100	10,54	14,03	12,80	219,63		0,03	0,01		0,35				4,20	8,10	20,40	0,54
ТТК	12846	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,09	0,05	14,29	1,91				18,68	18,37	47,83	0,83
		Итого:	495	18,60	20,47	45,68	441,33	6,60	0,24	0,15	33,41	12,68				14,10			1,17
		Итого:	495	18,60	20,47	45,68	441,33	6,60	0,24	0,15	33,41	12,68				78,53	47,25	145,84	3,51
Уплотненный полдник (до 3 лет)																			
15772	Салат из моркови с яблоками	40	0,37	2,10	3,46	34,20		0,02	0,02	3,08	1,22					9,16	10,24	14,46	0,59
13184	Десерт фруктовый (апельсин)	70	0,63	0,14	5,67	26,46		0,03	0,02	42,00	0,63	0,63	1,40			23,80	9,10	16,10	0,21
15398	Залеканка творожная с крошкой и молоком сгущенным	100/20	14,55	19,65	31,17	359,82	88,00		0,05	0,15	0,20	0,42							
15305	Чай без сахара	150	0,04	0,01	0,01	0,31										83,48	11,96	106,00	6,24
15387	Печенье Сахарное	20	1,50	1,96	14,88	83,16													
		Итого:	400	17,09	23,87	55,19	503,95	88,00	0,10	0,19	45,28	2,27	0,63	1,40		116,44	31,30	136,56	7,04
		Итого:	1 382	50,51	63,97	152,99	1 389,73	200,96	0,61	0,91	82,03	15,39	0,63	1,40	468,04	166,81	704,84	12,49	

Согласовано _____



Циклическое меню Ясли 4-х разовое

на период с 29.07.2024г. по 02.08.2024

Сборник рецептов	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					
				Белки	Жиры	Углево-ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)	
Понедельник																		
Завтрак 1 (до 3 лет)																		
3/2011	12811	Батон с маслом и сыром	20/5/5	2,72	5,71	10,35	103,66	33,26	0,02	0,03	0,04	0,05			49,88	4,39	40,00	0,30
Дели пункт	15374	Каша молочная Дружба жидкая с сахаром и маслом	150/2	3,42	4,09	15,88	114,02	22,60	0,07	0,12	0,95	0,07			92,15	19,53	93,08	0,36
	14630	Чай с молоком	150	1,33	1,47	9,15	55,18	9,20	0,02	0,07	0,60				55,41	6,44	41,40	0,07
		Итого:	332	7,47	11,28	35,37	272,85	65,06	0,11	0,21	1,58	0,12			197,44	30,36	174,48	0,73
4017/2014	12821	Ряженка	150	4,47	3,85	6,47	78,39	30,80	0,03	0,20	0,46			190,96	21,56	141,68	0,15	
Дели пункт		Итого:	150	4,47	3,85	6,47	78,39	30,80	0,03	0,20	0,46			190,96	21,56	141,68	0,15	
Обед (до 3 лет)																		
таб.24/1996	13692	Помидор свежий	20	0,22	0,04	0,76	4,28		0,01	0,01	5,00	0,14		2,80	4,00	5,20	0,18	
	15534	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной на кур.бульоне ЯС	150/10	4,23	7,04	6,07	104,54	16,00	0,06	0,07	19,29	15,64		44,64	17,89	61,69	0,79	
	15494	Пельмени отварные "МясБери" с курицей, с маслом	150	20,21	13,70	34,40	341,74	8,00	0,00	0,00		0,02		4,16	0,22	1,35	0,03	
	14618	Компот из ягод	150	0,15	0,06	16,07	65,42		0,01	0,01	30,00	0,15		5,85	4,85	4,95	0,24	
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04		0,03	0,01		0,35		4,20	8,10	20,40	0,54	
ТТК	12846	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42		14,10			1,17	
		Итого:	525	28,14	21,42	76,02	609,45	24,00	0,16	0,12	54,29	16,71		75,75	34,86	93,59	2,95	
Уплотненный полдник (до 3 лет)																		
ТТК	12833	Десерт фруктовый (яблоко)	60	0,24	0,24	5,88	26,64		0,02	0,01	6,00	0,12		9,60	5,40	6,60	1,32	
Таблица	10193	Огурец свежий порционный	15	0,11	0,02	0,29	1,78			0,00	0,00	1,07	0,02	2,60	2,14	4,59	0,08	
282/2011	12845	Котлета рубленая из говядины	60	7,81	10,80	9,44	166,21	2,80	0,05	0,04	0,18	2,01		37,00	13,52	42,21	0,92	
Дели пункт	14936	Картофель отварной	100	2,00	3,34	16,30	103,23		0,12	0,07	20,00	1,41		12,58	23,15	58,58	0,92	
	14670	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28,21							0,21			0,02	
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04		0,03	0,01		0,35		4,20	8,10	20,40	0,54	
	13983	Булочка Венюшка	30	2,77	2,25	18,27	104,35	3,37	0,04	0,03	0,11	1,04		16,33	5,21	29,01	0,48	
		Итого:	430	14,26	16,85	63,95	484,46	6,17	0,27	0,16	27,36	4,93		82,52	57,53	161,40	4,28	
		Итого:	1 437	54,34	53,40	181,80	1 425,15	126,03	0,57	0,70	83,70	21,76		546,66	144,31	571,14	8,11	
Вторник																		
Завтрак 1 (до 3 лет)																		
3/2011	12797	Батон с маслом	20/5	1,54	4,21	10,35	85,39	20,00	0,02	0,01		0,05		5,00	2,60	14,50	0,25	
Дели пункт	14545	Десерт фруктовый (банан)	70	1,10	0,37	15,33	68,99		0,03	0,04	7,30	0,29		5,84	30,66	20,44	0,44	
215 Дели пункт	13601	Омлет натуральный	80	6,73	12,44	1,45	144,68	4,60	0,01	0,03	0,30	1,51		29,44	3,33	21,14	0,04	
	14633	Кофейный напиток с молоком	150	2,30	2,40	12,23	79,74	15,00	0,03	0,11	0,98			90,21	10,50	67,50	0,10	
		Итого:	325	11,66	19,41	39,36	378,79	39,60	0,09	0,20	8,57	1,85		130,49	47,09	123,58	0,82	
	14416	Снежок С	160	4,46	4,13	17,82	126,23	33,00	0,05	0,21	1,49			199,65	24,75	155,10	0,17	
		Итого:	160	4,46	4,13	17,82	126,23	33,00	0,05	0,21	1,49			199,65	24,75	155,10	0,17	
Обед (до 3 лет)																		
	13988	Огурец свежий	25	0,18	0,03	0,49	2,94		0,01	0,01	1,82	0,03		4,42	3,64	7,80	0,13	
	14895	Суп крестьянский с крупой на курином бульоне	150	4,48	5,82	8,43	104,03	6,60	0,05	0,05	12,92	9,96		33,19	16,54	71,35	0,79	
	15216	Пудинг рыбный запеченный	60	11,57	4,60	3,84	103,08	14,03	0,02	0,03	0,09	1,30		13,38	5,04	23,54	1,25	
	14824	Картофельное пюре	110	2,41	3,72	16,19	107,93	18,88	0,12	0,10	10,03	0,13		35,23	24,30	72,14	0,90	
	14631	Компот из яблок	150	0,14	0,14	9,32	39,05		0,01	0,01	3,40	0,07		5,62	3,06	3,74	0,77	
	12794	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46		5,60	10,80	27,20	0,72	
ТТК	12846	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42		14,10			1,17	
		Итого:	545	22,54	14,96	59,26	461,83	39,51	0,31	0,24	37,26	12,37		111,54	63,38	205,77	5,73	
Уплотненный полдник (до 3 лет)																		
360		Икра кабачковая (консервы)	30	0,60	2,80	2,43	37,32											
298/14	14134	Голубцы ленивые из говядины с рисом	60	4,11	5,68	4,34	84,92	5,00	0,02	0,03	16,70	17,12		20,37	8,20	22,44	0,79	
Дели пункт	15234	Макароны отварные А Я	100/5	3,85	5,45	24,68	163,15		0,06	0,01		2,75		10,70	5,84	31,38	0,59	
	15305	Чай без сахара	150	0,04	0,01	0,31												
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04		0,03	0,01		0,35		4,20	8,10	20,40	0,54	
	13651	Вафли в ас 18 г.	15	1,03	5,22	11,16	95,72											
		Итого:	360	16,67	20,92	45,02	415,45	5,00	0,11	0,05	16,70	20,21		35,27	22,14	74,22	1,82	
		Итого:	1 390	55,33	59,41	161,45	1 382,30	117,11	0,56	0,70	64,02	34,43		476,95	157,36	558,66	8,92	
Среда																		
Завтрак 1 (до 3 лет)																		
3/2011	12811	Батон с маслом и сыром	20/5/5	2,72	5,71	10,35	103,66	33,26	0,02	0,03	0,04	0,05		49,88	4,39	40,00	0,30	
Дели пункт	15376	Каша молочная кукурузная жидкая с сахаром и маслом	150/5/2	4,70	4,23	29,87	176,33	23,12	0,07	0,14	0,98	0,02		98,82	10,67	68,94	0,92	
	14630	Чай с молоком	150	1,33	1,47	9,15	55,18	9,20	0,02	0,07	0,60			55,41	6,44	41,40	0,07	
		Итого:	337	8,76	11,41	49,36	335,17	65,58	0,11	0,23	1,62	0,07		204,11	21,50	150,34	1,28	
	15752	Варенец	150	4,35	3,75	6,15	75,75		0,05	0,20				177,00		144,00	0,15	
		Итого:	150	4,35	3,75	6,15	75,75		0,05	0,20				177,00		144,00	0,15	
Обед (до 3 лет)																		
таб.24/1996	13692	Помидор свежий	20	0,22	0,04	0,76	4,28		0,01	0,01	5,00	0,14		2,80	4,00	5,20	0,18	
	14676	Суп лапша домашняя на кур.бульоне	150	5,06	6,37	8,59	111,97	14,63	0,04	0,05	1,76	1,55		22,00	8,13	51,82	1,28	
298/2011	14180	Фрикадельки мясные	50	5,70	7,97	3,71	109,37	2,00	0,02	0,02	0,44	1,29		29,79	6,77	24,06	0,42	
Дели пункт	137/2014	Рагу из овощей	100/5	1,96	8,99	11,20	133,54	27,50	0,07	0,06	17,89	10,07		33,82	20,95	53,53	0,76	
Дели пункт	14831	Напиток лимонный	150	0,11	0,01	5,35	21,94		0,00	0,00	4,80	0,02		4,95	1,44	0,26	0,09	
	12807	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		2,72		18,80			1,56	
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04		0,03	0,01		0,35		4,20	8,10	20,40	0,54	
		Итого:	530	17,06	24,10	52,31	494,38	44,13	0,26	0,18	29,88	16,13		116,36	49,38	155,28	4,83	
Уплотненный полдник (до 3 лет)																		
	15772	Салат из моркови с яблоками	40	0,37	2,10	3,46	34,20		0,02	0,02	3,08	1,22		9,16	1			

Уютный полдник (до 3 лет)

табл №24/94	13575	Помидор свежий	15	0,17	0,03	0,58	3,27			0,01	0,01	3,83	0,11			2,14	3,06	3,98	0,14
ТТК	12833	Десерт фруктовый (яблоко)	60	0,24	0,24	5,88	26,64			0,02	0,01	6,00	0,12			9,60	5,40	6,60	1,32
	15250	Котлета рыбная Веста из минтая из п/ф	50	8,68	4,94	8,39	112,74						1,33					0,06	
	14863	Картофель запеченный с растительным маслом	110	2,48	4,09	20,21	127,60			0,15	0,09	24,80	1,72			14,98	28,67	72,52	1,14
	15306	Чай без сахара	150	0,04	0,01	0,01	0,31						0,35			4,20	8,10	20,40	0,54
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04			0,03	0,01								
	15455	Мармелад в асс.	10		0,01	8,00	32,09												
		Итого:	410	12,90	9,52	49,86	336,69			0,21	0,12	34,63	3,63			30,92	45,23	103,56	3,13
		Итого:	1 420	45,83	49,49	177,10	1 345,20	187,91		0,59	0,74	52,59	10,51			419,09	154,07	554,49	10,78

Пятница

Завтрак 1 (до 3 лет)

3/2011	12811	Батон с маслом и сыром	20/5/5	2,72	5,71	10,35	103,66	33,26	0,02	0,03	0,04	0,05				49,88	4,39	40,00	0,30
Дели плюс	15378	Каша молочная пшеничная с сахаром и маслом	150/5/2	5,66	4,86	28,52	180,44	23,12	0,16	0,13	0,98	0,11				100,92	35,57	138,84	0,92
	14630	Чай с молоком	150	1,33	1,47	9,15	55,18	9,20	0,02	0,07	0,60					55,41	6,44	41,40	0,07
		Итого:	337	9,72	12,04	48,01	339,28	65,58	0,20	0,22	1,62	0,16				206,21	46,40	220,24	1,28

Завтрак 2 (до 3 лет)

401/2014	12810	Кефир	150	4,47	3,85	6,16	77,15	30,80	0,06	0,26	1,08					1,85	21,56	138,60	0,15
Дели плюс		Итого:	150	4,47	3,85	6,16	77,15	30,80	0,06	0,26	1,08					1,85	21,56	138,60	0,15

Обед (до 3 лет)

табл 24/199/6	13691	Огурец свежий	20	0,14	0,02	0,38	2,26			0,01	0,00	1,40	0,02			3,40	2,80	6,00	0,10
	14682	Суп гороховый на кур.бульоне	150	6,06	2,75	11,89	96,52	5,25	0,17	0,07	7,38	0,27				27,82	24,70	76,12	1,47
	15256	Запеканка картофельная с говядиной Я (фазл. Особый)	120	7,84	9,80	20,75	202,55	0,76	0,15	0,08	23,80	1,82				14,60	28,51	73,89	1,17
	14620	Напиток из апельсинов	150	0,15	0,03	6,33	26,20			0,01	0,00	9,90	0,03			5,76	2,15	3,80	0,06
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04			0,03	0,01					4,20	8,10	20,40	0,54
	14617	Хлеб пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,43			0,05	0,02					14,10			1,17
ТТК	12846	Хлеб ржаной																	
		Итого:	485	17,51	13,19	58,07	421,00	6,01	0,41	0,20	42,48	2,91				69,88	66,26	180,20	4,51

Уютный полдник (до 3 лет)

	14940	Салат из моркови с сахаром	40	0,05	0,04	2,15	9,16			0,02	0,03	2,02	0,52			10,95	15,32	22,18	0,29
	13620	Десерт фруктовый (груша)	60	0,24	0,18	6,18	27,30			0,01	0,02	3,00	0,24			11,40	7,20	9,60	1,38
23/5/2011	13894	Пудинг из творога запеченный с соусом	100/30	18,89	10,54	29,48	288,29	46,30	0,05	0,07	0,21	0,43				39,03	12,20	56,54	1,99
Дели плюс	14670	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28,21									0,21			0,02
	15387	Печенье Сахарное	20	1,50	1,96	14,88	83,16												
		Итого:	400	20,72	12,73	59,68	436,12	46,30	0,09	0,12	5,23	1,20				61,59	34,73	88,32	3,87
		Итого:	1 372	52,41	41,81	171,91	1 273,55	148,69	0,76	0,80	50,41	4,27				339,52	168,94	627,35	9,62

Общество с ограниченной ответственностью «ГАММА-плюс»

СОГЛАСОВАНО:



Директор МБУ "Лицей № 51"

И.В. Щелакова



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «ГАММА-плюс»

Т.В. Солоднева

Примерное циклическое меню для организации питания детей, в возрасте с 3 до 7 лет, посещающих с 12-часовым пребыванием дошкольные образовательные учреждения г.о. Тольятти, в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов питания

РАЗРАБОТЧИКИ:

Зам. директора по производству

А.П. Замотин

Технолог О.Г. Филатова

Технолог Е.М. Семенова

г.о. Тольятти



Циклическое меню Сад 4-х разовое

на период с 08.07.2024г. по 12.07.2024

Сборник рецептов	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества							
				Белки	Жиры	Угле-ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)		
Понедельник																				
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																				
14884		Батон с маслом и сыром	30/5/5	3,47	6,00	15,49	129,83	33,26	0,04	0,03	0,04	0,05								
15366		Каша молочная манная жидкая с сахаром и маслом	200/5/2	6,25	5,14	31,72	198,13													
395/2014 Дели плюс	12832	Кофейный напиток с молоком	180	2,79	2,89	16,79	104,29	29,12	0,09	0,17	1,37	0,48								
Итого:				427	12,51	14,02	64,00	432,26	80,38	0,16	0,34	2,58	0,53							
401/2014 Дели плюс	12821	Ряженка	150	4,47	3,85	6,47	78,39	30,80	0,03	0,20	0,46									
Итого:				150	4,47	3,85	6,47	78,39	30,80	0,03	0,20	0,46								
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																				
15016		Салат Ароматный	40	0,50	4,04	1,33	43,65		0,01	0,01	10,43	10,80								
15013		Суп с макаронными изделиями на кур. бульоне	200	4,37	6,32	12,25	123,37	5,20	0,05	0,03	2,13	2,06								
15253		Фрикадельки из говядины из п/ф	70	12,73	10,81	8,00	180,15													
314/2014 Дели плюс	13903	Каша гречневая вязкая	130	4,01	4,34	18,06	127,33				0,68	1,11								
12843		Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	18,67	79,41	18,20	0,14	0,07										
ТТК	12846	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,01	0,05	180,00	0,68								
671		Хлеб пшеничный	25	2,13	0,25	13,92	66,45		0,05	0,02										
Итого:				675	26,39	26,40	84,16	679,79	23,40	0,32	0,21	193,24	15,94							
15535		Икра кабачковая (консерв)	40	0,80	3,74	3,23	49,77													
15513		Вареники с картофелем с маслом	150/5	6,99	7,80	41,77	265,24	0,02	0,00	0,01		0,02								
14775		Чай без сахара	180																	
12794		Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38													
15532		Пряники в асс. 27г.	27	1,35	1,49	20,20	99,61			0,05	0,02		0,46							
15787		Пюре фруктовое Малышам 125мл.																		
Итого:				422	10,86	13,29	74,24	460,00	0,02	0,05	0,03		0,48							
Итого:				1 674	54,23	57,56	228,87	1 650,43	134,60	0,55	0,77	196,28	16,95							
Вторник																				
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																				
15508		Морковь порционная	20	0,27	0,02	1,45	7,08													
14884		Батон с маслом и сыром	30/5/5	3,47	6,00	15,49	129,83	33,26	0,04	0,03	0,04	0,05								
14638		Омлет натуральный	100	10,51	13,21	1,92	168,61	5,76	0,01	0,04	0,37	1,86								
12813		Чай с молоком	180	1,60	1,76	10,97	66,09	11,00	0,02	0,08	0,72	2,19								
Итого:				340	15,85	20,99	29,82	371,61	50,02	0,08	0,17	2,18	2,19							
15290		Снежок	130	3,62	3,35	14,47	102,51	26,80	0,04	0,17	1,21									
Итого:				130	3,62	3,35	14,47	102,51	26,80	0,04	0,17	1,21								
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																				
таб.24/1996	13692	Помидор свежий	20	0,22	0,04	0,76	4,28		0,01	0,01	5,00	0,14								
15640		Борщ из свежей капусты с картофелем на кв. бульоне	200	5,11	7,36	9,74	125,61	8,00	0,06	0,07	15,52	9,09								
15598		Котлета рыбная Любительская С (навага)	80	16,45	5,45	4,40	132,43	25,00	0,03	0,06	1,42	1,61								
15392		Картофельное пюре	130	2,86	4,37	19,15	127,38	22,16	0,14	0,11	22,49	0,16								
699/2004, Т 4/36/2008	12879	Напиток из апельсинов	180	0,18	0,04	7,59	31,44													
12794		Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,01	0,01	11,88	0,04								
12807		Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,05	0,02		0,46								
Итого:				670	29,26	18,04	66,59	545,76	55,16	0,37	0,31	56,31	14,21							
табл.24/1996	13691	Огурец свежий	20	0,14	0,02	0,38	2,26		0,01	0,00	1,40	0,02								
14850		Мякоть цыпленка тушеная в сметанном соусе	40/40	5,34	4,90	14,78	124,58	10,00	0,01	0,01	0,04	0,08								
15205		Макароны отварные с маслом растительным	150/5	5,78	5,68	37,01	222,25		0,09	0,02		3,01								
392/2014 Дели плюс	12824	Чай с сахаром	180																	
12794		Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46								
ТТК	11500	Трубочка слоеная в ассортименте	35	1,64	5,74	14,41	115,86	3,76				0,01								
Итого:				490	14,62	16,60	85,60	550,24	13,76	0,15	0,06	1,44	3,57							
Итого:				1 630	63,34	58,98	196,49	1 570,12	145,74	0,64	0,71	61,13	19,97							
Среда																				
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																				
14728		Батон с маслом	30/5	2,29	4,50	15,49	111,56	20,00	0,03	0,02		0,05								
15362		Каша молочная ячневая с сахаром и маслом	200/5/2	4,87	4,86	22,72	154,09	27,68	0,09	0,17	1,28	0,32								
14581		Какао с молоком	180	3,68	3,82	15,35	110,50	22,00	0,05	0,17	1,43									
Итого:				422	10,84	13,17	53,56	376,15	69,68	0,17	0,35	2,71	0,37							
15752		Вареник	150	4,35	3,75	6,15	75,75		0,05	0,20										
Итого:				150	4,35	3,75	6,15	75,75		0,05	0,20									
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																				
табл.24/1996	13691	Огурец свежий	20	0,14	0,02	0,38	2,26		0,01	0,00	1,40	0,02								
14807		Суп картофельный с рисом на кур. бульоне	200	5,23	5,32	14,15	125,39	7,48	0,10	0,08	13,76	1,02								
14612		Шницель рубленый из птицы	75	7,39	10,94	24,03	224,16	15,90	0,06	0,05	0,25	2,59								
15515		Капуста свежая тушеная	130	3,10	4,74	12,96	106,85		0,05	0,07	17,22	72,63								
14602		Компот из ягод	180	0,22	0,09	11,16	94,18		0,01	0,01	43,20	0,15								
12794		Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46								
ТТК	12846	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42								
Итого:				655	19,83	21,75	83,66	657,65	23,38	0,33	0,25	129,86	77,29							
14545		Десерт фруктовый (банан)	70	1,10	0,37	15,33	68,99		0,03	0,04	7,30	0,29								
14940		Салат из моркови с сахаром	40	0,05	0,04	2,15	9,16		0,02	0,03	2,02	0,52								
15101		Пудинг из творога с яблоками	100	16,52	8,32	16,59	207,35	45,00	0,03	0,06	3,82	0,32								
14648		Повидло порционное	20	0,08		13,13	52,84		0,00	0,00		0,10								
392/2014 Дели плюс	12824	Чай с сахаром	180																	
15387		Печенье Сахарное	20	1,50	1,96	14,88	83,16													
Итого:				430	19,25	10,69	72,86	461,42	45,00	0,09	0,13	13,13	1,24							
Итого:				1 657	54,27	49,36	215,43	1 570,97	138,06	0,63	0,93	145,70	78,90							
Четверг																				
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																				
14884		Батон с маслом и сыром	30/5/5	3,47	6,00	15,49	129,83	33,26	0,04	0,03	0,04	0,05								
14867		Суп молочный гречневый	200	6,09	6,46	17,34	151,85	36,00	0,13	0,24	1,82	0,15								
12813		Чай с молоком	180	1,60	1,76	10,97	66,09	11,00</												

		Итого:	670	34,28	26,79	96,09	762,58	39,46	0,84	0,31	32,00	26,97			179,80	111,67	311,93	9,75		
Уютный полдник (с 3 до 7 лет)																				
249/2014 Дети плюс	13555	Рыба минтай запеченная в омлете	80	15,06	5,45	2,66	119,67	63,60	0,11	0,19	0,10	0,20								
	15429	Картофель отварной	130	2,60	4,34	21,19	134,22		0,16	0,09	26,00	1,83			53,86	4,00	49,08	5,65		
392/2014 Дети плюс	12824	Чай с сахаром	180			9,98	39,92								14,59	30,00	75,80	1,18		
467/2014 Дети плюс	12907	Булочка Ванильная	50	4,56	5,57	30,22	189,25	10,40	0,07	0,05	0,20	2,44			0,30				0,03	
	12794	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46			28,08	7,97	48,71	1,20		
16/04	13595	Салат из свежих огурцов	40	0,26	2,43	0,70	25,77		0,01	0,01	2,60	1,10			5,60	10,80	27,20	0,72		
		Итого:	500	24,20	18,05	73,80	554,41	74,00	0,38	0,35	28,90	6,02			6,31	5,19	11,18	0,19		
		Итого:	1 850	70,01	59,46	238,63	1 769,69	193,72	1,43	1,03	71,47	33,21			591,53	241,84	803,07	22,20		
Пятница																				
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																				
	14884	Батон с маслом и сыром	305/5	3,47	6,00	15,49	129,83	33,26	0,04	0,03	0,04	0,05			51,78	5,69	46,50	0,42		
	15364	Каша молочная геркулесовая жидкая с сахаром и маслом	200/5/2	5,97	8,62	29,13	217,95	29,20	0,18	0,19	1,38	0,51			143,99	54,58	197,05	1,23		
395/2014 Дети плюс	12832	Кофейный напиток с молоком	180	2,79	2,89	16,79	104,29	18,00	0,04	0,14	1,17				108,30	12,60	81,00	0,12		
		Итого:	427	12,23	17,51	61,40	452,07	80,46	0,25	0,36	2,58	0,56			304,07	72,87	324,55	1,78		
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																				
401/2014 Дети плюс	12810	Кефир	150	4,47	3,85	6,16	77,15	30,80	0,06	0,26	1,08				1,85	21,56	138,60	0,15		
		Итого:	150	4,47	3,85	6,16	77,15	30,80	0,06	0,26	1,08				1,85	21,56	138,60	0,15		
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																				
табл 24/199 б	13691	Огурец свежий	20	0,14	0,02	0,38	2,26		0,01	0,00	1,40	0,02								
	14835	Суп из овощей на кур.бульоне	200	5,15	6,44	9,32	115,82	7,50	0,09	0,08	18,27	9,10			3,40	2,80	6,00	0,10		
	15257	Гуляш из отварного мяса говядины	40/40	12,91	14,51	2,62	192,71		0,01	0,01	0,80	1,82			33,00	22,87	77,00	1,00		
314/2011 Дети плюс	13813	Каша перловая вязкая	130	2,64	3,61	18,79	118,17	18,20	0,03	0,02		0,35			10,74	1,90	8,03	0,20		
ТТК	10381	Компот из сухофруктов	180			17,96	71,84								12,88	11,27	92,02	0,52		
	12807	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		2,72			0,22			0,02		
	671	Хлеб пшеничный	25	2,13	0,25	13,92	66,45		0,06	0,02		0,58			18,80	7,00	13,50	34,00	0,90	
		Итого:	675	25,69	25,35	78,91	646,49	25,70	0,27	0,16	20,47	14,59			86,03	52,33	217,04	4,30		
Уютный полдник (с 3 до 7 лет)																				
ТТК	13483	Десерт фруктовый (апельсин)	80	0,72	0,16	6,48	30,24		0,03	0,02	48,00	0,72	0,72	1,60	27,20	10,40	16,40	0,24		
	15772	Салат из моркови с яблоками	40	0,37	2,10	3,46	34,20		0,02	0,02	3,08	1,22			9,16	10,24	14,46	0,59		
	15398	Запеканка творожная с крошкой и молоком	100/20	14,55	19,66	31,17	359,82	88,00	0,05	0,15	0,20	0,42			83,48	11,96	106,00	6,24		
	14775	Чай без сахара	180																	
	13651	Вафли в асс 18 г.		1,03	5,22	11,16	95,72													
		Итого:	420	15,84	22,12	41,31	519,98	88,00	0,10	0,19	51,28	2,36	0,72	1,60	119,84	32,60	138,86	7,07		
		Итого:	1 672	58,22	68,82	187,78	1 695,69	224,96	0,69	0,97	75,40	17,51	0,72	1,60	511,79	179,35	819,06	13,30		



Циклическое меню Сад 4-х разовое

на период с 15.07.2024г. по 19.07.2024

Сборник рецептур	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины							Минеральные вещества									
				Белки	Жиры	Угле-ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Z (мг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Na (мг)	K (мг)	Fe (мг)	Se (мг)				
Понедельник																								
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																								
14884		Батон с маслом и сыром	30/5/5	3,47	6,00	15,49	129,83	33,26	0,04	0,03	0,04	0,05												
15375		Каша молочная кукурузная жидкая с сахаром и маслом	200/5/2	6,26	5,16	38,15	224,05	28,16	0,09	0,18	1,31	0,02												
12613		Чай с молоком	180	1,60	1,76	10,97	66,09	11,00	0,02	0,08	0,72													
Итого:			427	11,33	12,92	64,61	419,97	72,42	0,15	0,29	2,06	0,07												
15319		Ряженка	130	3,89	3,35	5,63	68,21	26,80	0,03	0,17	0,40													
Итого:			130	3,89	3,35	5,63	68,21	26,80	0,03	0,17	0,40													
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																								
13692		Помидор свежий	20	0,22	0,04	0,76	4,28		0,01	0,01	5,00	0,14												
14621		Щи из свежей капусты с картофелем на кв.бульоне	200	5,30	7,38	7,61	118,08	8,00	0,07	0,07	25,67	20,81												
15541		Котлета рубленая из говядины из п/ф 8/6 гр	70	10,70	16,67	11,18	237,55																	
14832		Рис отварной с овощами	150	3,72	5,51	37,12	212,90																	
10381		Компот из сухофруктов	180			17,96	71,84		0,06	0,04	2,10	2,52												
671		Хлеб пшеничный	25	2,13	0,25	13,92	66,45		0,06	0,02														
12846		Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02														
Итого:			675	24,10	30,24	100,49	770,53	8,00	0,25	0,16	32,77	26,01												
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																								
14087		Десерт фруктовый(апельсин)	60	0,54	0,12	4,86	22,68		0,02	0,02	36,00	0,12												
13668		Огурец свежий	25	0,18	0,03	0,49	2,94		0,01	0,01	1,82	0,03												
14612		Шницель рубленый из птицы	75	7,39	10,94	24,03	224,16	15,90	0,06	0,05	0,25	2,59												
14974		Картофель запеченный с маслом растительным	130	2,93	5,08	23,88	152,96		0,18	0,10	29,30	2,14												
14775		Чай без сахара	180																					
12794		Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02														
13651		Вафли в ас 18 г.	30	1,03	5,22	11,16	95,72																	
Итого:			490	21,80	25,47	71,34	543,84	15,90	0,31	0,19	67,37	5,34												
Итого:			1 722	61,12	71,98	242,07	1 802,55	123,12	0,74	0,83	102,61	31,42												
Вторник																								
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																								
14884		Батон с маслом и сыром	30/5/5	3,47	6,00	15,49	129,83	33,26	0,04	0,03	0,04	0,05												
13066		Десерт фруктовый (банан)	60	0,93	0,31	13,02	58,59		0,02	0,03	6,20	0,25												
14638		Омлет натуральный	100	10,51	13,21	1,92	168,61	5,76	0,01	0,04	0,37	1,86												
14581		Какао с молоком	180	3,68	3,82	15,35	110,50	22,00	0,05	0,17	1,43													
Итого:			380	18,59	23,34	45,78	467,53	61,02	0,12	0,27	8,04	2,16												
401/2004	14403	Снежок	150	4,19	3,88	16,74	118,58	31,00	0,05	0,20	1,40													
Итого:			150	4,19	3,88	16,74	118,58	31,00	0,05	0,20	1,40													
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																								
13691		Огурец свежий	20	0,14	0,02	0,38	2,26		0,01	0,00	1,40	0,02												
14835		Суп из овощей на кв.бульоне	200	5,15	6,44	9,32	115,82	7,50	0,09	0,08	18,27	9,10												
14727		Запеканка картофельная с мятаем	190	10,85	12,85	29,11	275,84	9,60	0,25	0,18	30,90	4,95	0,18	0,02										
12807		Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		2,72												
671		Хлеб пшеничный	25	2,13	0,25	13,92	66,45		0,06	0,02		0,58												
13299		Кисель из ягод	180	0,20	0,08	14,32	58,81		0,01	0,01	39,84	0,14												
Итого:			655	21,29	20,15	82,97	598,42	17,10	0,48	0,32	90,40	17,50	0,18	0,02										
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																								
15134		Салат из свежей капусты	40	0,65	2,04	3,85	36,31		0,01	0,02	15,15	1,54												
286/2014	14232	Тефтели мясные с соусом сметанным	60/60	7,45	12,57	11,65	189,51	17,40	0,05	0,05	1,42	2,16												
314/2014	13903	Каша гречневая вязкая	130	4,01	4,34	18,06	127,33	18,20	0,14	0,07		0,30												
392/2014	12824	Чай с сахаром	180			9,98	39,92																	
12794		Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46												
15387		Печенье Сахарное	20	1,50	1,96	14,88	83,16					5,60												
Итого:			510	15,33	21,16	67,45	521,80	35,60	0,24	0,15	16,57	4,45												
Итого:			1 695	59,39	68,53	212,94	1 706,12	144,72	0,88	0,94	116,40	24,11	0,18	0,02										
Среда																								
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																								
14884		Батон с маслом и сыром	30/5/5	3,47	6,00	15,49	129,83	33,26	0,04	0,03	0,04	0,05												
15569		Каша молочная рисовая жидкая с сахаром и маслом	200/5/2	5,23	5,14	32,77	198,26	29,12	0,07	0,17	1,37	0,14												
12813		Чай с молоком	180	1,60	1,76	10,97	66,09	11,00	0,02	0,08	0,72													
Итого:			427	10,30	12,90	59,22	394,18	73,38	0,12	0,29	2,12	0,19												
15752		Варенец	150	4,35	3,75	6,15	75,75		0,05	0,20														
Итого:			150	4,35	3,75	6,15	75,75		0,05	0,20														
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																								
13575		Помидор свежий	15	0,17	0,03	0,58	3,27		0,01	0,01	3,83	0,11												
15640		Борщ из свежей капусты с картофелем на кв.бульоне	200	5,11	7,36	9,74	125,61	8,00	0,06	0,07	15,52	9,09												
14993		Гуляш из отварного мяса свинины	40/40	11,76	18,75	2,72	226,61		0,01	0,01	1,08	1,01												
15205		Макаронные отварные с маслом растительным	150/5	5,78	5,68	37,01	222,25		0,09	0,02		3,01												
12840		Сок	180	0,90	0,18	18,18	77,94		0,02	0,02	3,60	0,18												
12807		Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		2,72												
12794		Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46												
Итого:			690	28,15	32,77	93,19	780,30	8,00	0,31	0,17	24,02	16,57												
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																								
15772		Салат из моркови с яблоками	40	0,37	2,10	3,46	34,20		0,02	0,02	3,08	1,22												
14795		Десерт фруктовый (апельсин)	65	0,59	0,13	5,27	24,57		0,03	0,02	39,00	0,59	0,59	1,30										
15756		Сырники классические со гущеным молоком	100/20	13,65	10,21	43,21	319,39		0,01	0,03	0,20	1,55												
14775		Чай без сахара	180																					
460/2011	12899	Крендель сахарный	50	4,04	7,44	31,25	208,17	11,50	0,06	0,05	0,1													

Согласовано _____



Циклическое меню Сад 4-х разовое

на период с 29.07.2024г. по 02.08.2024

Сборник рецептов	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины										
				Белки	Жиры	Угле-ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Ca (мг)	Mg (мг)	Fe (мг)			
Понедельник																		
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																		
	14884	Батон с маслом и сыром	30/5/5	3,47	6,00	15,49	129,83	33,26	0,04	0,03	0,04	0,05			51,78	5,69	46,50	0,42
	15373	Каша молочная Дружба жидкая с сахаром и маслом	200/2	4,80	3,31	35,45	190,79		27,44	0,09	0,16	1,26	0,08		122,42	26,02	123,76	0,48
	12813	Чай с молоком	180	1,60	1,76	10,97	66,09	11,00	0,02	0,08	0,72				66,25	7,70	49,50	0,08
		Итого:	422	9,87	11,07	61,90	386,71	71,70	0,15	0,27	2,01	0,13		240,45	39,40	219,76	0,98	
	401/2014 Дели плюс	12821 Ряженка	150	4,47	3,85	6,47	78,39	30,80	0,03	0,20	0,46				190,96	21,56	141,68	0,15
		Итого:	150	4,47	3,85	6,47	78,39	30,80	0,03	0,20	0,46			190,96	21,56	141,68	0,15	
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																		
	табл №24/94 13575	Помидор свежий	15	0,17	0,03	0,58	3,27		0,01	0,01	3,83	0,11			2,14	3,06	3,98	0,14
	15533	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной на кур.бульоне С	200/10	5,56	8,88	7,97	134,06	18,00	0,08	0,08	25,71	20,84			56,58	23,55	80,22	1,05
	15494	Пельмени отварные "МясБери" с курицей, с маслом	150	20,21	13,70	34,40	341,74	8,00	0,00	0,00		0,02			4,16	0,22	1,35	0,03
	14602	Компот из ягод	180	0,22	0,09	11,16	94,18		0,01	0,01	43,20	0,15			8,06	6,70	7,13	0,31
	12794	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46			5,60	10,80	27,20	0,72
	12846	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42			14,10			1,17
		Итого:	605	29,91	23,35	75,09	678,07	26,00	0,19	0,14	72,73	22,00		90,85	44,33	119,88	3,42	
	ТТК 12871	Десерт фруктовый (яблоко)	70	0,28	0,28	6,86	31,06		0,02	0,01	7,00	0,14			11,20	6,30	7,70	1,54
	10193	Огурец свежий порционный	15	0,11	0,02	0,29	1,78		0,00	0,00	1,07	0,02			2,60	2,14	4,59	0,08
	14950	Котлета рубленая (говядина,птица)	80	10,43	14,55	12,61	223,07	3,74	0,06	0,05	0,24	2,73			49,22	18,05	56,36	1,22
	15429	Картофель отварной	130	2,60	4,34	21,19	134,22		0,16	0,09	26,00	1,83			14,59	30,00	75,80	1,18
	392/2014 Дели плюс 12824	Чай с сахаром	180			9,98	39,92								0,30			0,03
	12794	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46			5,60	10,80	27,20	0,72
	473/2014 Дели плюс 13343	Булочка Веснушка	50	4,60	4,07	30,53	177,17	5,61	0,07	0,04	0,19	1,89			27,40	8,69	48,37	0,80
		Итого:	545	19,74	23,52	90,51	652,82	9,35	0,36	0,22	34,50	7,06		110,91	75,98	230,02	5,57	
		Итого:	1 722	63,98	61,79	233,96	1 795,79	137,85	0,73	0,83	109,71	29,19		632,97	181,27	701,33	10,13	
Вторник																		
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																		
	14728	Батон с маслом	30/5	2,29	4,50	15,49	111,56	20,00	0,03	0,02		0,05			6,90	3,90	21,00	0,37
	14545	Десерт фруктовый (банан)	70	1,10	0,37	15,33	68,99		0,03	0,04	7,30	0,29			5,84	30,66	20,44	0,44
	14638	Омлет натуральный	100	10,51	13,21	1,92	168,61	5,76	0,01	0,04	0,37	1,86			36,40	4,14	26,38	0,04
	395/2014 Дели плюс 12832	Кофейный напиток с молоком	180	2,79	2,89	16,79	104,29	18,00	0,04	0,14	1,17				108,30	12,60	81,00	0,12
		Итого:	385	16,69	20,96	49,53	453,44	43,76	0,11	0,23	8,84	2,21		157,44	51,30	148,82	0,97	
	401/2004 Дели плюс 14403	Снежок	150	4,19	3,88	16,74	118,58	31,00	0,05	0,20	1,40				187,55	23,25	145,70	0,16
		Итого:	150	4,19	3,88	16,74	118,58	31,00	0,05	0,20	1,40			187,55	23,25	145,70	0,16	
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																		
	табл №24/199/6 13691	Огурец свежий	20	0,14	0,02	0,38	2,26		0,01	0,00	1,40	0,02			3,40	2,80	6,00	0,10
	14760	Суп крестьянский с крупой на курином бульоне	200	5,97	7,76	11,25	138,71	8,80	0,07	0,07	17,23	13,28			44,26	22,06	95,13	1,05
	15217	Пудинг рыбный запеченный (навага)	75	14,46	5,13	4,80	123,21	17,54	0,03	0,04	0,11	1,34			16,72	6,30	29,41	1,56
	15392	Картофельное пюре	130	2,86	4,37	19,15	127,38	22,16	0,14	0,11	22,49	0,16			41,93	28,75	85,48	1,07
	372/2014 12867	Компот из яблок	180	0,16	0,16	11,18	46,86		0,01	0,01	4,08	0,08			6,74	3,67	4,49	0,92
	12794	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46			5,60	10,80	27,20	0,72
	12846	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42			14,10			1,17
		Итого:	655	27,36	18,10	67,73	543,22	48,50	0,36	0,28	45,31	15,76		132,76	74,38	247,71	6,59	
	360	Икра кабачковая (консервы)	30	0,60	2,80	2,43	37,32											
	14769	Голубцы ленивые из говядины с рисом	80	5,48	6,58	5,88	104,66	6,00	0,02	0,03	23,33	23,48			28,09	11,26	30,04	0,99
	15205	Макарони отварные с маслом пастительным	150/5	5,78	5,68	37,01	222,25		0,09	0,02		3,01			15,86	8,75	46,98	0,89
	14775	Чай без сахара	180															
	12794	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46			5,60	10,80	27,20	0,72
	13651	Вафли в асс 18 г.	10,03	5,22	11,16	95,72												
		Итого:	465	22,62	24,36	63,40	505,32	6,00	0,16	0,07	23,33	26,95		48,55	30,81	104,21	2,60	
		Итого:	1 655	70,84	67,28	197,40	1 620,56	129,26	0,67	0,78	78,88	44,92		527,30	179,74	646,44	10,32	
Среда																		
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																		
	14884	Батон с маслом и сыром	30/5/5	3,47	6,00	15,49	129,83	33,26	0,04	0,03	0,04	0,05			51,78	5,69	46,50	0,42
	15375	Каша молочная кукурузная жидкая с сахаром и маслом	200/5/2	6,26	5,16	38,15	224,05	28,16	0,09	0,18	1,31	0,02			131,43	14,22	91,70	1,21
	12813	Чай с молоком	180	1,60	1,76	10,97	66,09	11,00	0,02	0,08	0,72				66,25	7,70	49,50	0,08
		Итого:	427	11,33	12,92	64,61	419,97	72,42	0,15	0,29	2,06	0,07		249,46	27,61	187,76	1,72	
	15752	Варенец	150	4,35	3,75	6,15	75,75		0,05	0,20					177,00		144,00	0,15
		Итого:	150	4,35	3,75	6,15	75,75		0,05	0,20				177,00		144,00	0,15	
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																		
	табл №24/94 13575	Помидор свежий	15	0,17	0,03	0,58	3,27		0,01	0,01	3,83	0,11			2,14	3,06	3,98	0,14
	14796	Суп лапша домашняя на кур. бульоне	200	6,75	8,50	11,45	149,29	19,50	0,06	0,06	2,34	2,06			29,34	10,83	69,10	1,71
	15348	Фрикадельки мясные	80	9,08	12,86	5,91	175,72	0,32	0,03	0,01	0,52	1,84			7,93	7,47	20,96	0,48
	15542	Рагу из овощей	130/5	2,54	10,60	14,49	163,47	29,75	0,10	0,08	23,38	13,29			41,97	27,09	68,44	0,97
	14830	Напиток лимонный	180	0,13	0,01	6,42	26,33		0,01	0,00	5,76	0,03			5,94	1,73	0,32	0,10
	12794	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46			5,60	10,80	27,20	0,72
	12846	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42			14,10			1,17
		Итого:	660	22,42	32,66	59,83	622,90	49,57	0,30	0,20	35,82	18,21		107,02	60,99	189,99	5,30	
	15772	Салат из моркови с яблоками	40	0,37	2,10	3,46												



Циклическое меню Сад 4-х разовое

на период с 22.07.2024г. по 26.07.2024

Сборник рецептов	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины							Минеральные вещества					
				Белки	Жиры	Углево-ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)			
Понедельник																				
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																				
14884		Батон с маслом и сыром	30/5/5	3,47	6,00	15,49	129,83	33,26	0,04	0,03	0,04	0,05								
14601		Каша молочная манная жидкая с печеньем	200	5,30	5,78	25,65	182,89	33,60	0,06	0,17	1,40	0,26				51,78	5,69	46,50	0,42	
14581		Какао с молоком	180	3,68	3,82	15,35	110,50	22,00	0,05	0,17	1,43					137,12	18,04	111,60	0,31	
Итого:				420	12,45	15,69	56,49	423,22	88,86	0,15	0,37	2,87	0,31			323,76	47,63	270,20	1,31	
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																				
401/2014	12821	Ряженка	150	4,47	3,85	6,47	78,39	30,80	0,03	0,20	0,46									
Итого:				150	4,47	3,85	6,47	78,39	30,80	0,03	0,20	0,46				190,96	21,56	141,68	0,15	
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																				
360		Икра кабачковая (консервы)	30	0,60	2,80	2,43	37,32													
14835		Суп из овощей на кур.бульоне	200	5,15	6,44	9,32	115,82	7,50	0,09	0,08	18,27	9,10			33,00	22,87	77,00	1,00		
15245		Котлета Пожарская	70	11,80	12,03	10,80	196,67													
15205		Макарони отварные с маслом растительным	150/5	5,78	5,68	37,01	222,25													
10381	ТТК	Компот из сухофруктов	180			17,96	71,84		0,09	0,02		3,01				15,86	8,75	46,98	0,89	
12794	ТТК	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46			5,60	10,80	27,20	0,72		
12846	ТТК	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42			14,10			1,17		
Итого:				685	27,08	27,60	98,50	750,71	7,50	0,28	0,14	18,27	14,31			68,78	42,42	151,23	3,79	
Уютный полдник (с 3 до 7 лет)																				
12871	ТТК	Десерт фруктовый (яблоко)	70	0,28	0,28	6,86	31,08													
13575	Табл №24/94	Помидор свежий	15	0,17	0,03	0,58	3,27		0,01	0,01	7,00	0,14			11,20	6,30	7,70	1,54		
14661		Рулет мясной с луком и яйцом	80	8,42	9,24	8,44	150,65	25,10	0,04	0,07	5,07	0,69			2,14	3,06	3,98	0,14		
14974		Картофель запеченный с маслом растительным	130	2,93	5,08	23,88	152,96								36,75	11,07	53,80	2,75		
14775		Чай без сахара	180						0,18	0,10	29,30	2,14			17,59	33,87	85,66	1,34		
12794	ТТК	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46			5,60	10,80	27,20	0,72		
15455		Мармелад в асс.	10		0,01	8,00	32,09								5,60	10,80	27,20	0,72		
Итого:				505	13,52	14,90	58,80	415,43	25,10	0,29	0,21	45,19	3,54			73,29	65,10	178,34	6,49	
Итого:				1760	57,52	61,95	218,26	1667,74	152,26	0,75	0,92	66,79	18,16			656,78	176,71	741,45	11,75	
Вторник																				
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																				
15508		Морковь порционная	20	0,27	0,02	1,45	7,08		0,01	0,01	1,05	0,27			5,67	7,98	11,55	0,15		
14728		Батон с маслом	30/5	2,29	4,50	15,49	111,56	20,00	0,03	0,02		0,05			6,90	3,90	21,00	0,37		
14638		Омлет натуральный	100	10,51	13,21	1,92	168,61	5,76	0,01	0,04	0,37	1,86			36,40	4,14	26,38	0,04		
15537		Повидло порционное С	10	0,04		6,57	26,42		0,00	0,00		0,05			1,41	0,71	0,91	0,13		
12813		Чай с молоком	180	1,60	1,76	10,97	66,09	11,00	0,02	0,08	0,72				66,25	7,70	49,50	0,08		
Итого:				345	14,71	19,49	36,39	379,76	36,76	0,08	0,16	2,14	2,24			116,64	24,43	109,34	0,77	
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																				
401/2004	14403	Снежок	150	4,19	3,88	16,74	118,58	31,00	0,05	0,20	1,40									
Итого:				150	4,19	3,88	16,74	118,58	31,00	0,05	0,20	1,40				187,55	23,25	145,70	0,16	
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																				
13692	табл 24/1996	Помидор свежий	20	0,22	0,04	0,76	4,28		0,01	0,01	5,00	0,14			2,80	4,00	5,20	0,18		
14621		Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне	200	5,30	7,38	7,61	118,08	8,00	0,07	0,07	25,67	20,81			47,78	22,65	74,12	1,03		
14667		Фрикадельки рыбные запеченные с соусом молочным	75/15	13,41	6,50	5,64	134,71	28,56	0,11	0,13	0,11	1,62			64,11	7,74	43,37	2,44		
15392		Картофельное пюре	130	2,86	4,37	19,15	127,38	22,16	0,14	0,11	22,49	0,16			41,93	28,75	85,48	1,07		
699/2004.Т	12879	Напиток из апельсинов	180	0,18	0,04	7,59	31,44		0,01	0,01	11,88	0,04			6,91	2,57	4,55	0,08		
12846	ТТК	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42			14,10			1,17		
671		Хлеб пшеничный	25	2,13	0,25	13,92	66,45		0,06	0,02		0,58			7,00	13,50	34,00	0,90		
Итого:				675	26,13	18,98	66,61	541,76	58,72	0,45	0,38	65,15	23,76			184,63	79,22	246,73	6,87	
Уютный полдник (с 3 до 7 лет)																				
13691	табл 24/1996	Огурец свежий	20	0,14	0,02	0,38	2,26		0,01	0,00	1,40	0,02			3,40	2,80	6,00	0,10		
15543		Биточки рубленые	70	9,10	12,71	11,00	194,81	3,26	0,05	0,04	0,21	2,39			27,64	14,83	46,02	0,95		
15431		Рис отварной	130	3,25	6,31	34,34	207,14		0,04	0,02		2,78			8,50	23,49	70,71	0,50		
15038		Соус сметанный	15	0,22	0,58	0,92	9,76	3,75	0,00	0,00	0,02	0,03			3,94	0,54	3,35	0,02		
392/2014	12824	Чай с сахаром	180			9,98	39,92													
12794	№ 687/1996	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46			5,60	10,80	27,20	0,72		
10555		Пирожок с яблоками	50	3,25	1,54	25,29	128,02	4,70	0,06	0,90	1,99	2,89	0,45		10,84	6,74	30,22	0,83		
Итого:				485	17,68	21,42	90,95	627,28	11,71	0,20	0,98	3,62	8,57	2,89	0,45	60,22	59,20	183,49	3,15	
Итого:				1655	62,71	63,76	210,68	1667,38	138,19	0,78	1,72	72,30	34,56	2,89	0,45	549,04	186,10	685,26	10,94	
Среда																				
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																				
14884		Батон с маслом и сыром	30/5/5	3,47	6,00	15,49	129,83	33,26	0,04	0,03	0,04	0,05			51,78	5,69	46,50	0,42		
15375		Каша молочная кукурузная жидкая с сахаром и маслом	200/5/2	6,26	5,16	38,15	224,05	28,16	0,09	0,18	1,31	0,02			131,43	14,22	91,70	1,21		
395/2014	12832	Кофейный напиток с молоком	180	2,79	2,89	16,79	104,29	18,00	0,04	0,14	1,17				108,30	12,60	81,00	0,12		
Итого:				427	12,52	14,04	70,43	458,17	79,42	0,16	0,35	2,52	0,07			291,51	32,51	219,20	1,76	
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																				
15752		Варенец	150	4,35	3,75	6,15	75,75		0,05	0,20					177,00		144,00	0,15		
Итого:				150	4,35	3,75	6,15	75,75		0,05	0,20					177,00		144,00	0,15	
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																				
13691	табл 24/1996	Огурец свежий	20	0,14	0,02	0,38	2,26		0,01	0,00	1,40	0,02			3,40	2,80	6,00	0,10		
15013		Суп с макаронными изделиями на кур.бульоне	200	4,37	6,32	12,25	123,37	5,20	0,05	0,03	2,13	2,06			13,07	7,73	42,72	0,55		
14993		Гуляш из отварного мяса свинины	40/40	11,76	18,75	2,72	226,61		0,01	0,01	1,08	1,01			5,80	4,22	10,17	0,17		
13903	314/2014	Каша гречневая вязкая	130	4,01	4,34	18,06	127,33	18,20	0,14	0,07		0,30			8,55	63,12	95,54	2,13		
12805	ТТК	Компот из ягод	180	0,18	0,07	19,28	78,48		0,01	0,01	36,00	0,13			7,02	5,58	5,94	0,29		
12846	ТТК	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42			14,10			1,17		
671		Хлеб пшеничный	25	2,13	0,25	13,92	66,45		0,06	0,02		0,58			7,00	13,50	34,00	0,90		
Итого:				685	24,63	30,14	78,54	683,92	23,40	0,32	0,16	40,60	4,50			59,03	96,94	194,38	5,30	
Уютный полдник (с 3 до 7 лет)																				
13056	ТТК	Десерт фруктовый (банан)	60	0,93	0,31	13,02	58,59		0,02	0,03	6,20	0,25			4,96	26,0				

