

Согласовано \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/

Согласовано  
Директор ООО "ГАММА-плюс"

\_\_\_\_\_/ Т.В. Солоднева /

## Цикличное меню Лазарев

на период с 18.11.2024г. по 22.11.2024

| Сборник рецептов                          | Код   | Наименование                                     | Выход        | Пищевая ценность |              |               |                 | Витамины      |             |             |               |              | Минеральные вещества |             |               |               |               |              |
|---|-------|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-----------------|---------------|-------------|-------------|---------------|--------------|----------------------|-------------|---------------|---------------|---------------|--------------|
|   |       |  |              | Белки            | Жиры         | Углево-ды     | Ккал            | А (мг)        | В1 (мг)     | В2 (мг)     | С (мг)        | Е (мг)       | Zn (мкг)             | I (мкг)     | Ca (мг)       | Mg (мг)       | P (мг)        | Fe (мг)      |
| <b>Понедельник</b>                        |       |  |              |                  |              |               |                 |               |             |             |               |              |                      |             |               |               |               |              |
| <b>Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)</b>           |       |  |              |                  |              |               |                 |               |             |             |               |              |                      |             |               |               |               |              |
|   | 15129 | Каша рисовая вязкая с сахаром на воде            | 200/5        | 3,11             | 0,44         | 37,85         | 167,81          |               | 0,04        | 0,02        |               | 0,18         |                      |             | 5,54          | 22,31         | 66,98         | 0,47         |
| 392/2014 Дели плюс                        | 12824 | Чай с сахаром                                    | 180          |                  |              | 9,98          | 39,92           |               |             |             |               |              |                      |             | 0,30          |               |               | 0,03         |
|   |       | <b>Итого:</b>                                    | <b>385</b>   | <b>3,11</b>      | <b>0,44</b>  | <b>47,83</b>  | <b>207,73</b>   |               | <b>0,04</b> | <b>0,02</b> |               | <b>0,18</b>  |                      | <b>5,84</b> | <b>22,31</b>  | <b>66,98</b>  | <b>0,50</b>   |              |
| <b>Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)</b>           |       |  |              |                  |              |               |                 |               |             |             |               |              |                      |             |               |               |               |              |
|   | 14375 | Десерт фруктовый (груша)                         | 140          | 0,56             | 0,42         | 14,42         | 63,70           |               | 0,03        | 0,04        | 7,00          | 0,56         | 0,56                 | 2,80        | 26,60         | 16,80         | 22,40         | 3,22         |
|   |       | <b>Итого:</b>                                    | <b>140</b>   | <b>0,56</b>      | <b>0,42</b>  | <b>14,42</b>  | <b>63,70</b>    |               | <b>0,03</b> | <b>0,04</b> | <b>7,00</b>   | <b>0,56</b>  | <b>0,56</b>          | <b>2,80</b> | <b>26,60</b>  | <b>16,80</b>  | <b>22,40</b>  | <b>3,22</b>  |
| <b>Обед 1 (с 3 до 7 лет)</b>              |       |  |              |                  |              |               |                 |               |             |             |               |              |                      |             |               |               |               |              |
| 22/11 Дели ПРИНТ                          | 13976 | Салат из картофеля с солеными огурцами Я         | 40           | 0,58             | 2,09         | 3,66          | 35,79           |               | 0,03        | 0,02        | 4,65          | 0,96         |                      |             | 8,11          | 9,24          | 18,83         | 0,31         |
|   | 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         |
|   | 14841 | Филе куриное отварное                            | 50           | 0,02             | 0,00         | 0,13          | 0,64            |               | 0,00        | 0,00        | 0,16          | 0,00         |                      |             | 11,54         | 0,88          | 3,18          | 0,10         |
|   | 15059 | Каша пшенная вязкая с маслом раст.               | 150/5        | 4,31             | 6,23         | 24,94         | 173,09          |               | 0,16        | 0,02        |               | 2,33         |                      |             | 11,97         | 31,24         | 87,85         | 1,03         |
|   | 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         |
|   |       | <b>Итого:</b>                                    | <b>625</b>   | <b>10,43</b>     | <b>15,80</b> | <b>47,49</b>  | <b>421,79</b>   | <b>8,00</b>   | <b>0,27</b> | <b>0,12</b> | <b>73,68</b>  | <b>24,25</b> |                      |             | <b>87,46</b>  | <b>70,71</b>  | <b>191,10</b> | <b>2,78</b>  |
| <b>Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)</b> |       |  |              |                  |              |               |                 |               |             |             |               |              |                      |             |               |               |               |              |
| 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         |
|   | 15391 | Салат из квашеной капусты с луком                | 40           | 0,89             | 2,05         | 3,72          | 36,90           |               | 0,01        | 0,01        | 14,32         | 0,06         |                      |             | 23,57         | 7,98          | 16,74         | 0,32         |
|   | 15554 | Бифштекс рубленый из говядины                    | 70           | 11,84            | 20,26        |               | 229,66          |               |             |             |               | 2,93         |                      |             | 4,37          | 0,26          | 1,02          | 0,03         |
|   | 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         |
|   |       | <b>Итого:</b>                                    | <b>480</b>   | <b>15,57</b>     | <b>26,89</b> | <b>40,77</b>  | <b>467,34</b>   |               | <b>0,19</b> | <b>0,11</b> | <b>46,32</b>  | <b>4,93</b>  |                      |             | <b>52,44</b>  | <b>43,64</b>  | <b>100,17</b> | <b>2,88</b>  |
|   |       | <b>Итого:</b>                                    | <b>1 630</b> | <b>29,67</b>     | <b>43,55</b> | <b>150,51</b> | <b>1 160,56</b> | <b>8,00</b>   | <b>0,51</b> | <b>0,29</b> | <b>127,00</b> | <b>29,92</b> | <b>0,56</b>          | <b>2,80</b> | <b>172,34</b> | <b>153,46</b> | <b>380,65</b> | <b>9,38</b>  |
| <b>Вторник</b>                            |       |  |              |                  |              |               |                 |               |             |             |               |              |                      |             |               |               |               |              |
| <b>Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)</b>           |       |  |              |                  |              |               |                 |               |             |             |               |              |                      |             |               |               |               |              |
|   | 14654 | Яйцо вареное                                     | 40           | 5,10             | 4,60         | 0,30          | 63,00           | 100,00        | 0,03        | 0,18        |               | 0,24         |                      |             | 26,00         | 4,80          | 76,80         | 10,00        |
|   | 13319 | Десерт фруктовый (яблоко)                        | 110          | 0,44             | 0,44         | 10,78         | 48,84           |               | 0,03        | 0,02        | 11,00         | 0,22         |                      |             | 17,60         | 9,90          | 12,10         | 2,42         |
|   | 15126 | Каша кукурузная вязкая с сахаром                 | 200/5        | 4,59             | 6,66         | 44,25         | 255,29          |               | 0,07        | 0,04        |               | 2,66         |                      |             | 11,21         |               | 0,12          | 1,51         |
| 392/2014 Дели плюс                        | 12824 | Чай с сахаром                                    | 180          |                  |              | 9,98          | 39,92           |               |             |             |               |              |                      |             | 0,30          |               |               | 0,03         |
|   |       | <b>Итого:</b>                                    | <b>535</b>   | <b>10,13</b>     | <b>11,70</b> | <b>65,31</b>  | <b>407,05</b>   | <b>100,00</b> | <b>0,13</b> | <b>0,24</b> | <b>11,00</b>  | <b>3,12</b>  |                      |             | <b>55,11</b>  | <b>14,70</b>  | <b>89,02</b>  | <b>13,96</b> |
| <b>Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)</b>           |       |  |              |                  |              |               |                 |               |             |             |               |              |                      |             |               |               |               |              |
|   | 13297 | Сок  | 200          | 1,00             | 0,20         | 20,20         | 86,60           |               | 0,02        | 0,02        | 4,00          | 0,20         |                      |             | 14,00         | 8,00          | 14,00         | 2,80         |
|   |       | <b>Итого:</b>                                    | <b>200</b>   | <b>1,00</b>      | <b>0,20</b>  | <b>20,20</b>  | <b>86,60</b>    |               | <b>0,02</b> | <b>0,02</b> | <b>4,00</b>   | <b>0,20</b>  |                      |             | <b>14,00</b>  | <b>8,00</b>   | <b>14,00</b>  | <b>2,80</b>  |
| <b>Обед 1 (с 3 до 7 лет)</b>              |       |  |              |                  |              |               |                 |               |             |             |               |              |                      |             |               |               |               |              |
|   | 13874 | Салат Здоровье                                   | 40           | 0,70             | 7,34         | 2,77          | 79,94           |               | 0,02        | 0,02        | 3,05          | 3,33         |                      |             | 11,35         | 10,23         | 19,84         | 0,36         |
|   | 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         |
|   | 15230 | Рыба навага припущенная А пбг                    | 80           | 23,95            | 6,19         | 0,25          | 152,51          |               | 0,00        | 0,00        | 0,30          | 1,91         |                      |             | 0,93          | 0,42          | 1,82          | 0,02         |
|   | 15193 | Картофель отварной м/р                           | 150          | 3,00             | 5,01         | 24,45         | 154,85          |               | 0,18        | 0,11        | 30,00         | 2,11         |                      |             | 18,86         | 34,73         | 87,88         | 1,38         |
| 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         |
|   |       | <b>Итого:</b>                                    | <b>650</b>   | <b>32,95</b>     | <b>25,14</b> | <b>47,97</b>  | <b>549,98</b>   | <b>7,50</b>   | <b>0,31</b> | <b>0,21</b> | <b>55,69</b>  | <b>16,52</b> |                      |             | <b>70,88</b>  | <b>71,92</b>  | <b>191,02</b> | <b>3,68</b>  |
| <b>Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)</b> |       |  |              |                  |              |               |                 |               |             |             |               |              |                      |             |               |               |               |              |
|   | 15018 | Десерт фруктовый (груша)                         | 180          | 0,72             | 0,54         | 18,54         | 81,90           |               | 0,04        | 0,05        | 9,00          | 0,72         |                      |             | 34,20         | 21,60         | 28,80         | 4,14         |
|   | 14640 | Икра кабачковая (консервы)                       | 50           | 0,95             | 4,45         | 3,85          | 59,25           |               |             |             |               |              |                      |             |               |               |               |              |
| 298/14 Дели плюс                          | 15849 | Голубцы ленивые из говядины с рисом              | 60           | 4,11             | 5,68         | 4,34          | 84,89           | 5,00          | 0,02        | 0,03        | 16,70         | 17,12        |                      |             | 20,37         | 8,20          | 22,44         | 0,79         |
|   | 15057 | Каша гречневая вязкая                            | 150          | 4,58             | 5,61         | 20,77         | 151,87          |               | 0,16        | 0,07        |               | 2,25         |                      |             | 8,61          | 72,83         | 108,76        | 2,45         |
| 392/2014 Дели плюс                        | 12824 | Чай с сахаром                                    | 180          |                  |              | 9,98          | 39,92           |               |             |             |               |              |                      |             | 0,30          |               |               | 0,03         |

|        |       |       |       |        |          |        |      |      |       |       |  |  |        |        |        |       |
|--------|-------|-------|-------|--------|----------|--------|------|------|-------|-------|--|--|--------|--------|--------|-------|
| Итого: | 620   | 10,36 | 16,27 | 57,48  | 417,83   | 5,00   | 0,21 | 0,15 | 25,70 | 20,09 |  |  | 63,48  | 102,63 | 160,00 | 7,40  |
| Итого: | 2 005 | 54,44 | 53,31 | 190,96 | 1 461,46 | 112,50 | 0,67 | 0,62 | 96,39 | 39,94 |  |  | 203,48 | 197,25 | 454,04 | 27,84 |

### Среда

#### Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)

|                    |       |                                       |       |      |      |       |        |  |      |      |  |      |  |      |       |       |      |
|--------------------|-------|---------------------------------------|-------|------|------|-------|--------|--|------|------|--|------|--|------|-------|-------|------|
|                    | 15129 | Каша рисовая вязкая с сахаром на воде | 200/5 | 3,11 | 0,44 | 37,85 | 167,81 |  | 0,04 | 0,02 |  | 0,18 |  | 5,54 | 22,31 | 66,98 | 0,47 |
| 392/2014 Дели плюс | 12824 | Чай с сахаром                         | 180   |      |      | 9,98  | 39,92  |  |      |      |  |      |  | 0,30 |       |       | 0,03 |
| Итого:             | 385   |                                       |       | 3,11 | 0,44 | 47,83 | 207,73 |  | 0,04 | 0,02 |  | 0,18 |  | 5,84 | 22,31 | 66,98 | 0,50 |

#### Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)

|        |       |                          |     |      |      |       |       |  |      |      |      |      |  |       |       |       |      |
|--------|-------|--------------------------|-----|------|------|-------|-------|--|------|------|------|------|--|-------|-------|-------|------|
|        | 15594 | Десерт фруктовый (груша) | 170 | 0,68 | 0,51 | 17,51 | 77,35 |  | 0,03 | 0,05 | 8,50 | 0,68 |  | 32,30 | 20,40 | 27,20 | 3,91 |
| Итого: | 170   |                          |     | 0,68 | 0,51 | 17,51 | 77,35 |  | 0,03 | 0,05 | 8,50 | 0,68 |  | 32,30 | 20,40 | 27,20 | 3,91 |

#### Обед 1 (с 3 до 7 лет)

|                    |       |                        |     |      |      |       |        |  |      |      |        |       |  |        |       |        |      |
|--------------------|-------|------------------------|-----|------|------|-------|--------|--|------|------|--------|-------|--|--------|-------|--------|------|
| 33/2011 Дели принт | 12801 | Салат из свеклы        | 40  | 0,60 | 2,44 | 3,52  | 38,42  |  | 0,01 | 0,02 | 4,00   | 1,11  |  | 14,80  | 8,80  | 17,25  | 0,56 |
|                    | 14841 | Филе куриное отварное  | 50  | 0,02 | 0,00 | 0,13  | 0,64   |  | 0,00 | 0,00 | 0,16   | 0,00  |  | 11,54  | 0,88  | 3,18   | 0,10 |
|                    | 15515 | Капуста свежая тушеная | 130 | 3,10 | 4,74 | 12,96 | 106,85 |  | 0,05 | 0,07 | 71,22  | 72,63 |  | 82,77  | 27,34 | 55,47  | 1,07 |
|                    | 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 |
| 77/2014 Дели плюс  | 13336 | Суп картофельный       | 200 | 2,08 | 2,40 | 16,05 | 94,09  |  | 0,12 | 0,07 | 21,90  | 1,07  |  | 20,40  | 26,79 | 63,94  | 0,98 |
| Итого:             | 600   |                        |     | 5,93 | 9,59 | 39,08 | 266,32 |  | 0,19 | 0,16 | 103,04 | 74,84 |  | 135,44 | 65,55 | 140,15 | 2,81 |

#### Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)

|                    |       |  |     |       |       |        |          |  |      |      |        |       |  |        |        |        |       |
|--------------------|-------|--|-----|-------|-------|--------|----------|--|------|------|--------|-------|--|--------|--------|--------|-------|
|                    | 13319 | Десерт фруктовый (яблоко)                  | 110 | 0,44  | 0,44  | 10,78  | 48,84    |  | 0,03 | 0,02 | 11,00  | 0,22  |  | 17,60  | 9,90   | 12,10  | 2,42  |
|                    | 15698 | Салат из моркови с яблоками и маслом раст. | 60  | 0,53  | 3,15  | 5,07   | 50,72    |  | 0,03 | 0,03 | 4,52   | 1,52  |  | 13,28  | 14,72  | 20,78  | 0,87  |
|                    | 15085 | Каша кукурузная вязкая                     | 150 | 3,44  | 5,74  | 29,47  | 183,32   |  | 0,05 | 0,03 |        | 2,33  |  | 11,98  | 0,22   | 0,86   | 1,15  |
| 392/2014 Дели плюс | 12824 | Чай с сахаром                              | 180 |       |       | 9,98   | 39,92    |  |      |      |        |       |  | 0,30   |        |        | 0,03  |
| ТТК                | 15227 | Мясо отварное свинина (карбонад) А         | 50  | 14,17 | 20,76 | 0,34   | 244,87   |  | 0,00 | 0,00 | 0,35   | 0,01  |  | 2,05   | 1,15   | 2,70   | 0,04  |
| Итого:             | 550   |  |     | 18,59 | 30,09 | 55,64  | 567,67   |  | 0,12 | 0,08 | 15,87  | 4,08  |  | 45,21  | 26,00  | 36,43  | 4,51  |
| Итого:             | 1 705 |  |     | 28,31 | 40,63 | 160,05 | 1 119,07 |  | 0,37 | 0,31 | 127,41 | 79,78 |  | 218,80 | 134,26 | 270,76 | 11,73 |

### Четверг

#### Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)

|                    |       |   |       |       |      |       |        |        |      |      |       |      |  |       |       |        |       |
|--------------------|-------|---|-------|-------|------|-------|--------|--------|------|------|-------|------|--|-------|-------|--------|-------|
|                    | 13319 | Десерт фруктовый (яблоко)                     | 110   | 0,44  | 0,44 | 10,78 | 48,84  |        | 0,03 | 0,02 | 11,00 | 0,22 |  | 17,60 | 9,90  | 12,10  | 2,42  |
|                    | 14654 | Яйцо вареное                                  | 40    | 5,10  | 4,60 | 0,30  | 63,00  | 100,00 | 0,03 | 0,18 |       | 0,24 |  | 26,00 | 4,80  | 76,80  | 10,00 |
| 392/2014 Дели плюс | 12824 | Чай с сахаром                                 | 180   |       |      | 9,98  | 39,92  |        |      |      |       |      |  | 0,30  |       |        | 0,03  |
|                    | 15266 | Каша пшеничная вязкая с сахаром на воде б/м А | 200/5 | 5,75  | 1,65 | 38,24 | 190,81 |        | 0,21 | 0,02 |       | 0,15 |  | 13,65 | 41,50 | 116,50 | 1,37  |
| Итого:             | 535   |   |       | 11,29 | 6,69 | 59,30 | 342,57 | 100,00 | 0,27 | 0,22 | 11,00 | 0,61 |  | 57,55 | 56,20 | 205,40 | 13,82 |

#### Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)

|        |       |     |     |      |      |       |       |  |      |      |      |      |  |       |      |       |      |
|--------|-------|-----|-----|------|------|-------|-------|--|------|------|------|------|--|-------|------|-------|------|
|        | 13297 | Сок | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 86,60 |  | 0,02 | 0,02 | 4,00 | 0,20 |  | 14,00 | 8,00 | 14,00 | 2,80 |
| Итого: | 200   |     |     | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 86,60 |  | 0,02 | 0,02 | 4,00 | 0,20 |  | 14,00 | 8,00 | 14,00 | 2,80 |

#### Обед 1 (с 3 до 7 лет)

|                    |       |  |     |       |       |       |        |      |      |      |       |       |  |       |       |        |      |
|--------------------|-------|--|-----|-------|-------|-------|--------|------|------|------|-------|-------|--|-------|-------|--------|------|
| 41/2008            | 13047 | Салат Витаминный с маслом растительным | 45  | 0,58  | 2,38  | 5,19  | 44,52  |      | 0,02 | 0,02 | 12,46 | 11,85 |  | 17,45 | 7,86  | 13,25  | 0,50 |
|                    | 15070 | Борщ с картофелем на курином бульоне   | 200 | 4,97  | 7,04  | 12,67 | 133,88 | 7,00 | 0,09 | 0,08 | 13,21 | 1,91  |  | 35,62 | 26,07 | 79,40  | 1,34 |
|                    | 15388 | Плов из птицы                          | 150 | 6,69  | 8,78  | 43,24 | 278,75 |      | 0,05 | 0,03 | 1,35  | 2,91  |  | 11,12 | 28,53 | 79,21  | 0,61 |
| 382/2014 Дели плюс | 14756 | Кисель из сока натурального            | 180 | 0,27  | 0,05  | 20,71 | 84,44  |      | 0,01 | 0,01 | 1,08  | 0,05  |  | 5,82  | 2,16  | 7,01   | 0,79 |
| Итого:             | 575   |  |     | 12,51 | 18,25 | 81,82 | 541,59 | 7,00 | 0,15 | 0,13 | 28,10 | 16,73 |  | 70,01 | 64,62 | 178,87 | 3,25 |

#### Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)

|                    |       |  |     |       |       |        |          |        |      |      |       |       |  |        |        |        |       |
|--------------------|-------|--|-----|-------|-------|--------|----------|--------|------|------|-------|-------|--|--------|--------|--------|-------|
|                    | 15018 | Десерт фруктовый (груша)                   | 180 | 0,72  | 0,54  | 18,54  | 81,90    |        | 0,04 | 0,05 | 9,00  | 0,72  |  | 34,20  | 21,60  | 28,80  | 4,14  |
| 19/2011 Дели принт | 12850 | Салат из соленых огурцов с луком           | 40  | 0,44  | 2,06  | 1,27   | 25,37    |        | 0,01 | 0,01 | 2,86  | 0,95  |  | 12,19  | 7,11   | 14,38  | 0,32  |
|                    | 15230 | Рыба навага припущенная А пбг              | 80  | 23,95 | 6,19  | 0,25   | 152,51   |        | 0,00 | 0,00 | 0,30  | 1,91  |  | 0,93   | 0,42   | 1,82   | 0,02  |
|                    | 14974 | Картофель запеченный с маслом растительным | 130 | 2,93  | 5,08  | 23,88  | 152,96   |        | 0,18 | 0,10 | 29,30 | 2,14  |  | 17,59  | 33,87  | 85,66  | 1,34  |
|                    | 14775 | Чай без сахара                             | 180 | 0,12  | 0,03  | 0,02   | 0,85     |        |      |      |       |       |  |        |        |        |       |
|                    | 15764 | Мармелад в ассортименте                    | 16  | 0,01  | 0,02  | 9,04   | 36,38    |        |      |      |       |       |  |        |        |        |       |
| Итого:             | 626   |  |     | 28,17 | 13,92 | 53,00  | 449,97   |        | 0,23 | 0,17 | 41,46 | 5,72  |  | 64,91  | 63,00  | 130,66 | 5,82  |
| Итого:             | 1 936 |  |     | 52,97 | 39,06 | 214,32 | 1 420,73 | 107,00 | 0,67 | 0,54 | 84,55 | 23,26 |  | 206,48 | 191,82 | 528,93 | 25,69 |

### Пятница

#### Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)

|                    |       |                                  |       |      |      |       |        |  |      |      |      |      |  |       |      |       |      |
|--------------------|-------|----------------------------------|-------|------|------|-------|--------|--|------|------|------|------|--|-------|------|-------|------|
|                    | 15507 | Морковь порционная               | 25    | 0,33 | 0,03 | 1,73  | 8,43   |  | 0,02 | 0,02 | 1,25 | 0,10 |  | 6,75  | 9,50 | 13,75 | 0,18 |
|                    | 15126 | Каша кукурузная вязкая с сахаром | 200/5 | 4,59 | 6,66 | 44,25 | 255,29 |  | 0,07 | 0,04 |      | 2,66 |  | 11,21 |      | 0,12  | 1,51 |
| 392/2014 Дели плюс | 12824 | Чай с сахаром                    | 180   |      |      | 9,98  | 39,92  |  |      |      |      |      |  | 0,30  |      |       | 0,03 |

Итого: 410 4,91 6,68 55,96 303,64 0,09 0,06 1,25 2,76 18,26 9,50 13,87 1,71

**Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)**

|        |                          |     |      |      |       |       |  |      |      |      |      |  |       |       |       |      |
|--------|--------------------------|-----|------|------|-------|-------|--|------|------|------|------|--|-------|-------|-------|------|
| 15018  | Десерт фруктовый (груша) | 180 | 0,72 | 0,54 | 18,54 | 81,90 |  | 0,04 | 0,05 | 9,00 | 0,72 |  | 34,20 | 21,60 | 28,80 | 4,14 |
| Итого: |                          | 180 | 0,72 | 0,54 | 18,54 | 81,90 |  | 0,04 | 0,05 | 9,00 | 0,72 |  | 34,20 | 21,60 | 28,80 | 4,14 |

**Обед 1 (с 3 до 7 лет)**

|        |                                      |     |       |       |       |        |      |      |      |       |      |  |        |       |        |      |
|--------|--------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|------|------|------|-------|------|--|--------|-------|--------|------|
| 14017  | Винегрет овощной                     | 40  | 0,57  | 2,48  | 3,49  | 38,55  |      | 0,02 | 0,02 | 4,30  | 1,13 |  | 10,13  | 8,75  | 18,86  | 0,36 |
| 14864  | Суп гороховый на кур.бульоне         | 200 | 8,07  | 3,67  | 15,85 | 128,70 | 7,00 | 0,22 | 0,09 | 9,85  | 0,36 |  | 37,09  | 32,94 | 101,49 | 1,96 |
| 15852  | Запеканка картофельная с говядиной С | 150 | 9,79  | 13,48 | 26,11 | 264,93 | 1,06 | 0,18 | 0,10 | 29,71 | 2,88 |  | 18,40  | 35,74 | 92,73  | 1,47 |
| 14846  | Компот из сливы                      | 180 | 0,14  | 0,05  | 7,72  | 31,93  |      | 0,11 | 0,07 | 18,00 | 1,08 |  | 36,18  | 16,20 | 36,00  | 0,92 |
| Итого: |                                      | 570 | 18,58 | 19,68 | 53,17 | 464,10 | 8,06 | 0,54 | 0,29 | 61,85 | 5,45 |  | 101,80 | 93,63 | 249,07 | 4,70 |

**Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)**

|                    |  |       |       |       |        |          |      |      |      |       |       |  |        |        |        |       |
|--------------------|--|-------|-------|-------|--------|----------|------|------|------|-------|-------|--|--------|--------|--------|-------|
| 15698              | Салат из моркови с яблоками и маслом раст. | 60    | 0,53  | 3,15  | 5,07   | 50,72    |      | 0,03 | 0,03 | 4,52  | 1,52  |  | 13,28  | 14,72  | 20,78  | 0,87  |
| 15675              | Филе индейки отварное                      | 50    | 9,23  | 11,02 | 0,33   | 137,40   |      | 0,00 | 0,00 | 0,40  | 0,01  |  | 1,24   | 0,56   | 2,32   | 0,03  |
| 15059              | Каша пшенная вязкая с маслом раст.         | 150/5 | 4,31  | 6,23  | 24,94  | 173,09   |      | 0,16 | 0,02 |       | 2,33  |  | 11,97  | 31,24  | 87,85  | 1,03  |
| 392/2014 Дели плюс | Чай с сахаром                              | 180   |       |       | 9,98   | 39,92    |      |      |      |       |       |  | 0,30   |        |        | 0,03  |
| 13304              | Десерт фруктовый яблоко                    | 100   | 0,40  | 0,40  | 9,80   | 44,40    |      | 0,03 | 0,02 | 10,00 | 0,03  |  | 16,00  | 9,00   | 11,00  | 2,20  |
| Итого:             |  | 545   | 14,47 | 20,80 | 50,12  | 445,53   |      | 0,22 | 0,06 | 14,92 | 3,89  |  | 42,79  | 55,52  | 121,95 | 4,16  |
| Итого:             |  | 1 705 | 38,68 | 47,70 | 177,78 | 1 295,16 | 8,06 | 0,88 | 0,46 | 87,03 | 12,82 |  | 197,04 | 180,25 | 413,69 | 14,71 |