Согласовано _____

_____ / _____ /

Согласовано
Директор ООО "ГАММА-плюс"

_____ / Солоднев И. П.

Цикличное меню Сад 4-х разовое

на период с 02.11.2026г. по 06.11.2026

Сборник рецептур	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества						XE
				Белки	Жиры	Углево-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)																			
3/2011 Дели принт	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	
	15366	**Каша молочная манная жидкая с сахаром и маслом**	200/5/2	6,25	5,14	31,72	198,13	29,12	0,09	0,17	1,37	0,48			134,61	20,39	122,05	0,44	
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:	**417**	**11,76**	**13,73**	**58,86**	**406,09**	**80,38**	**0,15**	**0,34**	**2,58**	**0,53**			**292,79**	**37,38**	**243,05**	**0,86**	
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																			
	15439	**Напиток сывороточный**	150	0,05	0,08	14,25	66,00												
		Итого:	**150**	**0,05**	**0,08**	**14,25**	**66,00**												
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																			
	15535	**Икра кабачковая (консерв)**	40	0,80	3,74	3,23	49,77												
	14919	**Рассольник ленинградский на кур.бульоне**	200	5,38	7,33	13,77	142,60	7,50	0,10	0,08	14,06	1,94			28,46	25,76	91,52	1,13	
	15935	**Ёжики мясные Вкусные**	70	7,70	8,29	6,30	130,61					0,89					0,04		
317/2014 ДеЛи плюс	15847	**Макароны отварные**	130/5	5,01	5,59	32,08	198,61		0,08	0,02		2,90			19,69	7,94	41,94	0,82	
	12849	**Сок**	180	0,90	0,18	18,18	77,94		0,02	0,02	3,60	0,18			12,60	7,20	12,60	2,52	
	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	
	12807	**Хлеб ржаной**	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		2,72			18,80			1,56	
		Итого:	**685**	**24,23**	**25,91**	**98,52**	**724,15**	**7,50**	**0,32**	**0,16**	**17,66**	**9,09**			**85,14**	**51,70**	**173,29**	**6,75**	
Уплотненный полдник (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	
ТТК	13333	**Плов из мяса свинины**	30/150	12,65	18,06	41,48	379,04		0,06	0,04	1,78	2,51			19,24	34,08	95,32	0,82	
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	
	15995	**Печенье сдобное Крендель сливочный**	24	1,60	5,28	15,12	114,40												
	13097	**Десерт фруктовый яблоко**	80	0,32	0,32	7,84	35,52		0,02	0,02	8,00	0,02			12,80	7,20	8,80	1,76	
		Итого:	**524**	**16,89**	**26,36**	**86,98**	**652,68**		**0,14**	**0,09**	**13,78**	**4,10**			**52,74**	**60,88**	**148,57**	**3,89**	
		Итого:	**1 776**	**52,92**	**66,08**	**258,61**	**1 848,92**	**87,88**	**0,60**	**0,59**	**34,01**	**13,73**			**430,68**	**149,97**	**564,91**	**11,49**	
Вторник																			
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																			
3/2011 Дели принт	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	
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	
	14638	**Омлет натуральный**	100	10,51	13,21	1,92	168,61	193,76	0,06	0,37	0,37	2,32			85,28	13,17	170,76	18,84	
	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:	**370**	**15,07**	**20,92**	**29,11**	**365,00**	**238,02**	**0,13**	**0,50**	**7,13**	**2,49**			**211,01**	**30,65**	**266,86**	**20,54**	
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																			
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)																			
25/04	13337	**Салат Степной**	40	0,65	1,58	3,40	30,39		0,03	0,02	3,92	0,74			10,25	8,58	19,88	0,30	
	15640	**Борщ из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне**	200	5,11	7,36	9,74	125,61	8,00	0,06	0,07	15,52	9,09			42,51	23,46	74,40	1,21	
	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	
	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	
	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	
	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	
	12807	**Хлеб ржаной**	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		2,72			18,80			1,56	
		Итого:	**710**	**20,27**	**20,27**	**81,36**	**588,99**	**18,00**	**0,48**	**0,29**	**37,48**	**16,41**			**132,48**	**133,32**	**275,16**	**7,22**	
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																			
	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	
	16019	**Фрикадельки рыбные запеченные с соусом молочным**	60/10	8,26	4,88	4,31	94,16	21,82	0,02	0,04	0,08	1,29			28,32	6,04	33,69	1,51	
	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	
ТТК	12881	**Плюшка Московская**	50	4,27	3,50	31,19	173,37	3,50	0,07	0,02		1,83			8,89	6,15	34,79	0,82	
		Итого:	**490**	**17,74**	**15,03**	**79,43**	**523,95**	**25,32**	**0,30**	**0,18**	**40,40**	**5,46**			**81,28**	**60,97**	**188,23**	**4,58**	
		Итого:	**1 720**	**57,26**	**60,10**	**206,64**	**1 596,51**	**312,34**	**0,95**	**1,17**	**86,40**	**24,36**			**612,32**	**248,20**	**875,95**	**32,50**	
Четверг																			
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																			
3/2011 Дели принт	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	
	14944	**Суп молочный геркулесовый**	200	5,55	6,67	15,62	144,75	36,00	0,11	0,22	1,82	0,21			174,77	35,08	165,96	0,58	
	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:	**410**	**9,87**	**14,14**	**36,93**	**314,50**	**80,26**	**0,16**	**0,33**	**2,57**	**0,26**			**290,90**	**47,17**	**255,46**	**0,96**	
Завтрак 2 (с 3 до 7 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 1 (с 3 до 7 лет)																			
	14060	**Икра морковная**	40	0,72	2,04	4,08	37,58		0,03	0,03	2,27	1,03			11,62	13,14	21,56	0,37	
	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	
ТТК	13339	**Жаркое по - домашнему из свинины**	25/150	10,68	16,65	27,62	303,08		0,20	0,12	32,90	2,63			21,77	38,23	99,52	1,62	
	12843	**Напиток из плодов шиповника**	180	0,61	0,25	18,67	79,41		0,01	0,05	180,00	0,68			11,10	3,06	3,06	0,57	
ТТК	12846	**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:	**650**	**21,48**	**26,97**	**83,84**	**664,03**	**8,00**	**0,43**	**0,32**	**240,84**	**26,14**			**113,38**	**90,59**	**232,25**	**5,65**	
Уплотненный полдник (с 3 до 7 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	
	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	
	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	
	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	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	
ТТК	11500	**Трубочка слоёная в ассортименте**	35	1,64	5,74	14,41	115,86	3,76		0,01		0,01			0,57			0,03	
		Итого:	**550**	**14,38**	**21,96**	**86,93**	**602,91**	**6,88**	**0,29**	**0,11**	**10,50**	**6,10**			**63,78**	**69,03**	**181,19**	**4,29**	
		Итого:	**1 760**	**50,20**	**66,93**	**214,17**	**1 659,83**	**125,94**	**0,91**	**0,97**	**254,37**	**32,50**			**659,02**	**228,34**	**810,58**	**11,06**	
Пятница																			
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																			
3/2011 Дели принт	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	
	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			131,65	30,29	142,22	0,45	
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:	**417**	**10,75**	**13,73**	**59,91**	**406,21**	**80,38**	**0,13**	**0,34**	**2,58**	**0,19**			**289,83**	**47,28**	**263,22**	**0,87**	
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																			
	15924	**Коктейль мол.Милкшейк**	150	4,28	2,30	17,14	106,38												
		Итого:	**150**	**4,28**	**2,30**	**17,14**	**106,38**												
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																			
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	
	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	
	15334	**Фрикадельки мясные**	60	7,14	15,53	17,73	185,15	2,40	0,02	0,01	0,41	1,24			26,41	9,87	17,73	0,39	
	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	
	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	
ТТК	12846	**Хлеб ржаной**	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42			14,10			1,17	
		Итого:	**660**	**19,17**	**29,42**	**78,73**	**650,14**	**7,60**	**0,25**	**0,18**	**121,60**	**77,92**			**158,12**	**71,68**	**169,07**	**4,52**	
Уплотненный 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	18,40	0,24	
41/2011 Дели принт	13089	**Салат из моркови с сахаром**	60	0,75	0,06	6,97	31,39		0,03	0,04	2,88	0,23			15,64	21,89	31,68	0,41	
	15867	**Запеканка творожная с крошкой Дружба с молоком сгущенным**	100/20	14,90	8,20	30,97	257,28	58,00	0,04	0,10	0,20	0,54			73,77	10,23	79,71	3,21	

392/2014 Дели плюс	12824	**Чай с сахаром**	180			9,98	39,92							0,30			0,03		
	15229	**Пряник в асс. 30гр**	30	1,50	1,65	22,50	110,85												
		Итого:	**470**	**17,87**	**10,07**	**76,90**	**469,68**	**58,00**	**0,11**	**0,16**	**51,08**	**1,49**	**0,72**	**1,60**	**116,92**	**42,52**	**129,79**	**3,89**	
		Итого:	**1 697**	**52,06**	**55,52**	**232,68**	**1 632,41**	**145,98**	**0,49**	**0,67**	**175,26**	**79,61**	**0,72**	**1,60**	**564,87**	**161,48**	**562,08**	**9,28**	