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	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)	XE
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	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

		молочным														
	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