

Согласовано

Согласовано
Директор ООО "ГАММА-плюс"

Солоднев И. П.

Циклическое меню Сад 4-х разовое основное

на период с 03.08.2026г. по 07.08.2026

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	
	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:	412	9,12	10,78	56,76	360,54	71,70	0,13	0,27	2,01	0,13			238,55	38,10	213,26	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)																			
14/2011 Дели принт	13296	Салат из свежих помидоров с луком	40	0,46	2,48	1,90	31,73		0,02	0,01	8,31	1,29			14,45	7,66	14,76	0,40	
	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	
	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	
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	
ТТК	12846	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42			14,10			1,17	
		Итого:	620	29,89	24,37	76,08	643,22	16,00	0,21	0,14	38,06	23,08			92,84	45,01	121,92	4,27	

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	20,40	7,80	13,80	0,18	
	15134	Салат из свежей капусты	40	0,65	2,04	3,85	36,31	0,01	0,02	15,15	1,54	20,07	7,08	13,24	0,26	
288/2011	15816	Фрикадельки мясные	60	6,84	9,56	4,45	175,00	0,24	0,02	0,01	0,42	1,33	5,94	5,63	15,84	0,36
	14974	Картофель запеченый 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									
	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.	18	1,03	5,22	11,16	95,74									
	Итого:		508	13,84	22,31	57,26	528,92	0,24	0,28	0,16	80,87	5,59	69,60	65,19	155,74	2,86
	Итого:		1 690	52,89	57,54	204,35	1 598,68	87,94	0,62	0,57	120,94	28,80	400,99	148,30	490,92	7,99

Вторник

Завтрак 1 (с 3 до 7 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 принт																
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
	10970	Какао напиток Мас Чосо	180	1,31	1,44	6,61	97,35	9,00	0,02	0,07	0,59		54,14	6,30	40,50	0,06
	Итого:		370	14,78	20,60	24,75	396,26	236,02	0,12	0,48	7,00	2,49	198,90	29,25	257,86	20,52

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		187,55	23,25	145,70	0,16
Дели плюс																
	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)

16/04	13595	Салат из свежих огурцов	40	0,26	2,43	0,70	25,77		0,01	0,01	2,60	1,10	6,31	5,19	11,18	0,19
	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
	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
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
К436/2008																
	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:		630	20,64	24,50	70,61	585,46	9,86	0,39	0,23	61,41	20,48	100,28	76,37	230,79	5,06

Уплотненный полдник (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
298/14	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

ДеЛи плюс 317/2014	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
ДеЛи плюс 392/2014	12824 Чай с сахаром	180			9,98	39,92				0,30			0,03
Дели плюс	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
	15933 Печенье сахарное 16 гр.	16	1,20	1,57	11,90	66,53							
	Итого:	426	12,20	13,13	67,92	438,60	5,00	0,15	0,07	20,53	20,59	48,10	30,00 95,55 2,49
	Итого:	1 576	51,80	62,10	180,02	1 538,90	281,880,71	0,98	90,33	43,56	534,82	158,87729,9128,23	

Среда

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
	15362 Каша молочная ячневая с сахаром и маслом	200/5/24,87	4,86	22,72	154,09	27,68	0,09	0,17	1,28	0,32	135,81	23,84 157,990,49	
	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:	417	9,19	12,33	44,03	323,84	71,94	0,14	0,28	2,03	0,37	251,95	35,93 247,490,87

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)

14426	Салат из свежих огурцов и помидоров с маслом растительным	40	0,39	2,46	1,43	29,40	0,02	0,01	6,40	1,23	14,09	7,06 13,83 0,35	
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	32,94 101,491,96
15541	Котлета рубленая из говядины из п/ф 86 гр	70	10,70	16,67	11,18	237,55				1,55			0,07
15361	Каша гречневая вязкая	100	3,06	3,74	13,85	101,24	0,10	0,05	1,50	5,74	48,55	72,51	1,63
ТТК	10381 Компот из сухофруктов	180			17,96	71,84				0,22			0,02
	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:	650	26,66	27,31	85,22	693,35	7,00	0,46	0,20	16,25	7,82	81,53	99,35 215,106,24

Уплотненный полдник (с 3 до 7 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
14332	Десерт фруктовый (банан)	80	1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	0,05	10,00	0,40	8,00	42,00	28,00 0,60
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

14743 Булочка Молочная	50	4,41	3,61	24,58	148,47	4,08	0,07	0,05	0,27	1,58	32,19	7,89	45,27	0,44
Итого:	470	20,86	12,35	88,68	549,33	62,08	0,17	0,22	12,48	3,05	125,21	75,44	175,164,57	
Итого:	1 687	56,75	52,07	232,19	1 632,52	141,020,77	0,70	30,76	11,24		458,69	210,72	637,74	11,67

Четверг

Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)

2/2011 Дели принт	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
	14805 Яйцо вареное	20	2,55	2,30	0,15	31,50	94,00	0,02	0,13	0,18	10,80	6,00	43,60	0,64
	15282 Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,84	6,14	19,48	156,52	36,00	0,08	0,22	1,82	171,57	22,16	140,520,40	
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:	425	12,72	15,53	46,77	377,70	168,000,16	0,50	2,99	0,49	295,67	43,36	279,621,41	

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	141,680,15	
	Итого:	150	4,47	3,85	6,47	78,39	30,80	0,03	0,20	0,46	190,96	21,56	141,680,15	

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	2,80	4,00	5,20	0,18
	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
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
	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
	12807 Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		2,72	18,80			1,56
	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:	645	22,81	25,92	91,17	689,22	7,00	0,29	0,18	25,75	7,89	89,40	79,38	214,244,90	

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
	15016 Салат Ароматный	40	0,50	4,04	1,33	43,65		0,01	0,01	10,43	2,16	35,15	7,38	16,90	0,40
	15908 Котлета рыбная Любительская	60	10,44	3,39	3,64	86,83	17,50	0,09	0,11	1,13	1,11	33,41	9,52	30,53	2,51
	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
ТТК	12861 Булочка с повидлом	50	4,12	3,40	30,55	169,26	4,03	0,06	0,04	0,16	1,64	22,92	7,54	41,14	0,68
	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:	545	20,03	15,66	86,48	566,97	21,53	0,40	0,28	43,71	7,43	122,96	73,34	204,977,02	
	Итого:	1 765	60,03	60,96	230,89	1 712,28	227,330,88	1,15	72,91	15,81		698,99	217,64	840,50	13,49

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
	15375	Каша молочная кукурузная жидкая с сахаром и маслом	200/5/26,26	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:		417	10,58	12,63	59,47	393,80	72,42	0,14	0,29	2,06	0,07	247,56	26,31	181,20	1,60

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)

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
	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
	14612	Шницель рубленный из птицы	75	7,39	10,94	24,03	224,16	15,90	0,06	0,05	0,25	2,59	41,94	16,61	53,63	1,09
	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
	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
	12807	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		2,72	18,80			1,56
	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
	Итого:		665	21,79	24,70	91,13	721,90	57,56	0,39	0,29	69,68	8,16	149,08	76,49	248,53	6,56

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	9,16	10,24	14,46	0,59
	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
	15964	Вареники с творогом "Кроха" со сгущенным молоком	100/20	10,27	7,01	35,24	245,09	8,00	0,01	0,03	0,20	0,02	62,49	6,87	44,84	0,04
392/2014 Дели плюс	12824	Чай с сахаром	180			9,98	39,92						0,30			0,03

	15985	Печенье овсяное Царское сокровище	40	2,20	5,60	25,60	168,00									
	Итого:		450	13,93	15,07	89,61	556,20	8,00	0,06	0,09	10,58	1,53	77,79	47,77	79,74	1,10
	Итого:		1 682	50,58	54,70	257,34	1 778,28	137,98	0,59	0,67	82,32	9,76	474,43	150,56	509,47	9,25