

Согласовано _____

_____/_____/_____/



Циклическое меню Сад 4-х разовое основное

на период с 04.05.2026г. по 08.05.2026

Сборник рецептов	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)																			
	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	
	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			137,12	18,04	111,60	0,31	
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: 420	11,56	14,67	57,93	417,01	84,86	0,14	0,34	2,61	0,31			297,20	36,33	239,10	0,85	
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																			
	15438	Напиток сывороточный	180	0,05	0,09	17,10	69,41												
			Итого: 180	0,05	0,09	17,10	69,41												
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	
	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	
	15935	Ёжики мясные Вкусные	70	7,70	8,29	6,30	130,61					0,89					0,04		
	15058	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,74	6,49	39,63	251,86		0,30	0,14		2,42			15,35	138,89	207,20	4,66	
	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	
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	
	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: 720	27,55	26,15	98,97	741,40	11,75	0,54	0,29	34,06	28,65			109,75	188,01	342,05	9,45	
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																			
	13767	Десерт фруктовый (груша)	100	0,40	0,30	10,30	45,50		0,02	0,03	5,00	0,40			19,00	12,00	16,00	2,30	
	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	
	15513	Вареники с картофелем с маслом	150/5	6,99	7,80	41,77	265,24	0,02	0,00	0,01		0,02			1,20		1,50	0,01	
392/2014 Дели плюс	12824	Чай с сахаром	180			9,98	39,92								0,30			0,03	
	15987	Печенье Курабье для дет.питания	20	1,40	4,00	13,00	93,60												
	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: 520	11,31	14,81	90,40	540,11	0,02	0,10	0,07	11,40	2,22			41,59	32,56	65,33	3,59	
			Итого: 1 840	50,47	55,71	264,40	1 767,93	96,63	0,77	0,70	48,07	31,18			448,54	256,90	646,49	13,89	
Вторник																			
Завтрак 1 (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	
	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	193,76	0,06	0,37	0,37	2,32			85,28	13,17	170,76	18,84	
	14648	Повидло порционное	20	0,08		13,13	52,84		0,00	0,00		0,10			2,83	1,41	1,82	0,26	
	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: 395	15,02	19,59	46,36	421,78	224,76	0,15	0,49	37,09	2,59			181,66	33,98	256,88	19,74	
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)																			
	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	

259/2014 Дели плюс	13445	Биточки рыбные с овощами запеченные	80	14,20	9,02	7,09	166,31	25,85	0,11	0,13	4,78	6,51	0,31	0,04	104,34	13,28	61,11	1,13	
	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	
№24/94	6664	Помидор свежий	20	0,22	0,04	0,78	4,36		0,01	0,01	5,10	0,22	0,22	1,22	2,86	4,08	5,30	0,18	
	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	
	12807	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		2,72			18,80			1,56	
Итого: 670				26,22	20,55	70,64	572,36	53,21	0,43	0,33	40,26	12,15	0,54	1,27	192,54	66,36	222,14	5,31	

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			20,07	7,08	13,24	0,26	
	15822	Фрикадельки мясные	70	8,26	12,04	5,73	203,00	2,80	0,03	0,03	0,58	1,80			39,38	9,29	33,02	0,57	
313/2014 Дели плюс	15224	Каша пшеничная вязкая м/раст	150	3,96	5,43	24,66	163,32		0,11	0,04		2,22			14,40		0,10	1,69	
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	
460/2011 Дели принт	12899	Крендель сахарный	50	4,04	7,44	31,25	208,17	11,50	0,06	0,05	0,13	3,24			20,71	6,38	40,65	1,35	
Итого: 510				18,63	27,21	84,51	696,11	14,30	0,26	0,14	15,86	9,27			100,47	33,55	114,21	4,62	
Итого: 1 725				64,05	71,21	218,25	1 808,83	323,27	0,88	1,17	94,60	24,01	0,54	1,27	662,22	157,15	738,94	29,82	

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	
	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: 427				11,04	12,60	60,24	451,23	70,42	0,15	0,28	1,93	0,07			237,35	26,21	178,70	1,69	

Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)

	15438	Напиток сывороточный	180	0,05	0,09	17,10	69,41												
Итого: 180				0,05	0,09	17,10	69,41												

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	
	15244	Плов из говядины п/ф	30/150	12,85	14,41	39,99	341,09		0,09	0,11	1,31	3,06			21,97	31,27	88,66	2,08	
	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	
	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: 665				23,68	24,21	94,12	736,95	8,00	0,31	0,26	63,96	16,34			108,60	83,50	224,07	6,36	

Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)

	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	
	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	
	15940	Пудинг из творога Дружба с повидлом	100/20	9,06	4,84	21,35	151,45	25,00	0,01	0,05		1,06			9,41	2,77	21,44	2,78	
392/2014 Дели плюс	12824	Чай с сахаром	180			9,98	39,92								0,30			0,03	
	15933	Печенье сахарное 16 гр.	16	1,20	1,57	11,90	66,53												
Итого: 436				12,13	9,01	67,69	386,60	25,00	0,07	0,12	13,08	2,67			26,87	55,01	63,91	3,99	
Итого: 1 708				46,90	45,90	239,16	1 644,19	103,42	0,52	0,65	78,96	19,08			372,81	164,72	466,67	12,04	

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			51,78	5,69	46,50	0,42	
94/2014 Дели плюс	13560	Суп молочный с пшеном	200	5,92	6,46	18,84	157,16	36,00	0,12	0,22	1,82	0,07			173,29	32,91	163,97	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: 420				10,98	14,22	45,30	353,08	80,26	0,18	0,33	2,57	0,12			291,32	46,29	259,97	1,09	

Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)

401/2014 Дели плюс	12874	Ряженка	180	5,37	4,63	7,77	94,17	37,00	0,04	0,24	0,56				229,40	25,90	170,20	0,19	
Итого: 180				5,37	4,63	7,77	94,17	37,00	0,04	0,24	0,56				229,40	25,90	170,20	0,19	

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	2,16			35,15	7,38	16,90	0,40	
	14807	Суп картофельный с рисом на кур. бульоне	200	5,23	5,32	14,15	125,39	7,48	0,10	0,08	13,78	1,02			25,41	24,84	83,58	1,05	
	15853	Котлета рубленая (говядина, птица)	70	9,12	12,73	11,04	195,19	3,28	0,06	0,04	0,21	2,39			28,12	14,90	46,27	0,95	

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	
	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:	685	24,44	28,50	91,27	719,37	10,76	0,47	0,27	42,42	12,73		168,94	82,06	251,89	6,41	

Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)

33/2011 Дели принт	13493	Салат из свеклы	60	0,90	3,66	5,28	57,63		0,01	0,02	6,00	1,66			22,20	13,20	25,87	0,84	
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	
	15903	Азу из свинины	30/150	10,80	18,45	19,18	285,98		0,13	0,08	21,35	2,84			20,54	26,91	69,76	1,17	
392/2014 Дели плюс	12824	Чай с сахаром	180			9,98	39,92								0,30			0,03	
467/2014 Дели плюс	12907	Булочка Ванильная	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	
	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:	570	18,70	28,10	80,18	648,40	10,40	0,29	0,19	75,55	8,11	0,72	1,60	103,91	69,29	189,94	4,20
			Итого:	1 855	59,49	75,44	224,52	1 815,01	138,42	0,98	1,03	121,10	20,96	0,72	1,60	793,58	223,54	872,00	11,89

Пятница

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	
	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			135,81	23,84	157,99	0,49	
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:	427	11,13	13,74	55,00	388,21	78,94	0,17	0,33	2,48	0,37		295,89	42,13	285,49	1,03	

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)

	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	
	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	
	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	
	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	
699/2004,ТК436/2008	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	
	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	20,69	30,77	94,31	736,98	23,40	0,47	0,30	55,23	12,90		127,65	95,97	272,54	6,12	

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	
	14939	Салат из моркови с сахаром	60	0,79	0,06	7,17	32,36		0,04	0,04	3,02	0,79			16,42	22,98	33,26	0,43	
	15872	Запеканка творожная с крошкой Дружба с молоком сгущенным	120/20	17,90	9,84	31,17	284,84	69,60	0,05	0,11	0,20	0,65			76,13	10,90	86,80	3,84	
	14775	Чай без сахара	180	0,12	0,03	0,02	0,85												
	13651	Вафли в асс 18 г.	18	1,03	5,22	11,16	95,74												
			Итого:	458	20,08	15,39	55,40	440,43	69,60	0,10	0,16	9,23	1,56		102,15	39,28	126,67	5,60	
			Итого:	1 720	56,18	62,21	221,85	1 672,00	171,94	0,73	0,79	66,94	14,83		525,69	177,38	684,69	12,74	