

Согласовано _____

Согласовано
Директор ООО "АММИ"
Т.В. Солоднева /



Циклическое меню Сад 4-х разовое

на период с 05.05.2025г. по 07.05.2025

Сборник рецептов	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества							
				Белки	Жиры	Угле-ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (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
	15578	Каша молочная рисовая на гущ.молоке с маслом	200/5	4,78	7,05	26,98	190,41	20,00	0,05	0,08	0,40	0,17					133,41	29,18	130,90	0,42
	15088	Кофейный напиток растворимый на гущ.молоке	180	2,36	2,66	6,08	57,87		0,02	0,05	0,34					107,78	11,56	77,66	0,07	
		Итого:	425	10,69	15,71	48,64	377,91	53,26	0,11	0,16	0,78	0,22				292,97	48,42	264,26	0,91	
	15439	Напиток сыровоточный	150	0,06	0,08	14,25	66,00													
		Итого:	150	0,06	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													
	15013	Суп с макаронными изделиями на кур. бульоне	200	4,37	6,32	12,26	123,37	5,20	0,05	0,03	2,13	2,06				13,07	7,73	42,72	0,56	
ТТК	15838	Шницель Любительский (курица,говядина)	70	9,10	10,30	7,00	157,10													
314/2014 Дети плюс	13903	Каша гречневая вязкая	130	4,01	4,34	18,06	127,33	18,20	0,14	0,07		0,30				8,55	63,12	96,54	2,13	
	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	
	12807	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		2,72				18,80		34,00	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:	685	24,63	26,65	88,66	681,19	23,40	0,33	0,17	5,73	0,68				66,01	91,55	184,05	6,88	
	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	
	15513	Вареники с картофелем с маслом	150/5	8,99	7,60	41,77	265,24	0,02	0,00	0,01		0,02				1,20		1,50	0,01	
392/2014 Дети плюс	12824	Чай с сахаром	180			9,96	39,92									0,30			0,03	
	15532	Пряники в ас. 27г.	27	1,35	1,49	20,20	99,61													
	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	
	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	1,78	
		Итого:	507	11,68	11,91	97,43	543,64	0,02	0,09	0,06	22,32	0,68				44,87	28,63	81,04	3,92	
		Итого:	1 767	46,34	53,35	248,78	1 668,74	76,68	0,52	0,38	28,82	6,50				397,85	166,65	510,26	11,69	
Вторник																				
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																				
	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	
	15508	Морковь порционная	20	0,27	0,02	1,46	7,08		0,01	0,01	1,05	0,27				5,67	7,98	11,55	0,15	
	14638	Омлет натуральный	100	10,51	13,21	1,92	166,61	5,78	0,01	0,04	0,37	1,86				36,40	4,14	26,38	0,04	
	15537	Повидло порционное С	10	0,04		6,57	26,42		0,00	0,00		0,05				1,41	0,71	0,91	0,13	
	12813	Чай с молоком	180	1,60	1,78	10,97	86,09	11,00	0,02	0,08	0,72					66,25	7,70	49,50	0,08	
		Итого:	345	14,71	18,49	36,39	379,76	38,76	0,08	0,18	2,14	2,24				116,64	24,43	109,34	0,77	
401/2014 Дети 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)																				
тип.24/1996	13891	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	
	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	
	15570	Фрикадельки рыбные запеченные с соусом молочным	60/10	10,68	5,01	4,31	105,05	21,82	0,09	0,10	0,08	1,29				50,40	6,04	33,09	1,95	
	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	
	14830	Напиток лимонный	180	0,13	0,01	6,42	26,33		0,01	0,00	5,76	0,43				5,94	1,73	0,32	0,10	
	12794	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,06	0,02		0,46				5,60	10,80	27,20	0,72	
	12846	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42				14,10			1,17	
		Итого:	650	23,28	17,80	64,52	511,38	39,62	0,42	0,31	60,46	17,32				138,29	73,42	238,14	6,28	
тип.16/2494	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	
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	
	15818	Биточки рубленые	60	7,81	10,90	9,44	167,11	2,80	0,05	0,04	0,18	2,05				23,76	12,73	39,51	0,81	
392/2014 Дети плюс	12824	Чай с сахаром	180			9,96	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	
313/2014 Дети плюс	15224	Каша пшеничная вязкая м/раст	150	3,96	5,43	24,86	163,32		0,11	0,04		2,22				14,40	10,10	0,10	1,69	
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:	535	18,17	20,36	90,77	619,82	6,30	0,29	0,13	10,81	6,79				64,68	38,14	112,18	6,64	
		Итого:	1 680	60,62	61,49	198,15	1 588,54	104,48	0,83	0,80	63,87	26,35				510,67	167,65	601,24	12,74	
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	
185/2011 Дети плюс	12880	Каша молочная геркулесовая жидкая с сахаром и маслом	200/5/5	5,58	8,24	22,38	185,96	41,12	0,13	0,18	1,37	0,37				140,31	40,69	182,52	0,87	
	14581	Какао с молоком	180	3,68	3,82	15,35	110,50	22,00	0,05	0,17	1,43					134,86	23,90	112,10	0,58	
		Итого:	430	12,71	18,06	53,22	426,29	86,38	0,21	0,38	2,84	0,42				326,95	70,28	321,12	1,87	
	15439	Напиток сыровоточный	150	0,06	0,08	14,25	66,00													
		Итого:	150	0,06	0,08	14,25	66,00													
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																				
149/2011 Дети плюс	13296	Салат из свежих помидоров с луком	40	0,46	2,49	1,90	31,73		0,02	0,01	8,31	1,29				14,45	7,66	14,76	0,40	
	14621	Шницель 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	13333	Плов из мяса свинины	30/150	12,65	16,06	41,48	379,04		0,06	0,04	1,78	2,51				19,24	34,08	95,32	0,82	
	14846	Компот из слив	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	
	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	
ТТК	12846	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02										