

Согласовано _____

Циклическое меню Сад 4-х разовое

на период с 09.06.2025г. по 11.06.2025



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 (мг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Na (мг)	K (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										
	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										
	12813	Чай с молоком	180	1,60	1,76	10,97	66,09	11,00	0,02	0,08	0,72											
Итого:				422	9,87	11,07	61,90	386,71	71,70	0,15	0,27	2,01	0,13									
	15439	Напиток сыровоточный	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)																						
	14201	Дели притт	13296																			
	14621	Салат из свежих помидоров с луком	40	0,46	2,48	1,90	31,73		0,02	0,01	8,31	1,29										
	15494	Пельмени отварные "МясБери" с курицей, с маслом	200	5,30	7,38	7,81	118,08	8,00	0,07	0,07	26,67	20,81										
ТТК	10381	Компот из сухофруктов	150	20,21	13,70	34,40	341,74	8,00	0,00	0,00		0,02										
	12794	Хлеб пшеничный	180			17,96	71,84															
ТТК	12846	Хлеб ржаной	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02												
Итого:				620	29,73	24,21	82,85	688,20	16,00	9,19	33,98	23,00										
	12833	Десерт фруктовый (яблоко)	60	0,24	0,24	5,88	26,64		0,02	0,01	6,00	0,12										
	15391	Салат из квашеной капусты с луком	40	0,89	2,05	3,72	36,90		0,01	0,01	14,32	0,06										
	15853	Котлета рубленая (говядина, птица)	70	9,12	12,73	11,04	195,19	3,28	0,06	0,04	0,21	2,39										
392/2014 Дели притт	12824	Чай с сахаром	180			9,98	39,92															
	12794	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02												
	14254	Булочка Дорожная	30	2,16	4,69	17,28	119,97	2,40	0,03	0,01		0,46										
313/2014 Дели притт	15224	Каша пшеничная вязкая м/раст	150	3,96	5,43	24,66	163,32		0,11	0,04		2,22										
Итого:				550	18,10	25,40	81,69	627,32	5,68	0,27	0,13	20,53	7,32									
Итого:				1742	57,74	60,76	240,60	1748,23	93,38	0,61	0,52	56,53	30,46									
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										
	14638	Омлет натуральный	100	10,51	13,21	1,92	168,61	5,76	0,01	0,04	0,37	1,86										
	14581	Каша с молоком	180	3,68	3,82	15,35	110,50	22,00	0,05	0,17	1,43											
	13097	Десерт фруктовый яблоко	60	0,32	0,32	7,84	35,52		0,02	0,02	8,00	0,02										
Итого:				395	16,80	21,85	40,69	426,19	47,76	0,12	0,24	9,80	1,94									
401/2014 Дели притт	12821	Ряженка	150	4,47	3,85	6,47	78,39	30,80	0,03	0,20	0,46											
Итого:				150	4,47	3,85	6,47	78,39	30,80	0,03	0,20	0,46										
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																						
	13968	Огурец свежий	25	0,18	0,03	0,49	2,94		0,01	0,01	1,62	0,03										
	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										
	15216	Пудинг рыбный запеченный	60	11,57	4,60	3,84	103,08	14,03	0,02	0,03	0,09	1,30										
	14974	Картофель запеченный с маслом растительным	130	2,93	5,08	23,88	152,06		0,16	0,10	29,30	2,14										
	14830	Напиток лимонный	180	0,13	0,01	6,42	26,33		0,01	0,00	5,76	0,03										
	12794	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02												
	12807	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		2,72										
Итого:				655	25,22	18,26	79,84	548,63	22,83	0,40	0,25	64,20	19,96									
	360	Икра кабачковая (консервы)	30	0,60	2,80	2,43	37,32															
298/14 Дели притт	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										
317/2014 Дели притт	15847	Макароны отварные	130/5	5,01	5,59	32,08	198,61		0,08	0,02		2,90										
	14775	Чай без сахара	180	0,12	0,03	0,02	0,85															
	13651	Вафли в ас 18 г.	18	1,03	5,22	11,16	95,74															
	671	Хлеб пшеничный	25	2,13	0,25	13,92	66,45		0,06	0,02		0,58										
Итого:				448	12,89	19,87	63,85	483,88	5,00	0,15	0,08	16,70	20,60									
Итого:				1648	59,48	63,52	181,85	1537,06	106,38	0,70	0,77	81,16	42,50									
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										
	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										
	12813	Чай с молоком	180	1,60	1,76	10,97	66,09	11,00	0,02	0,08	0,72											
Итого:				427	9,94	12,62	49,17	350,61	71,94	0,15	0,28	2,03	0,37									
	15439	Напиток сыровоточный	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										
	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										
	15856	Фрикадельки мясные	70	12,73	10,80	8,00	180,10					1,33										
314/2014 Дели притт	13903	Каша гречневая вязкая	130	4,01	4,34	18,06	127,33	18,20	0,14	0,07		0,30										
	14846	Компот из слив	180	0,14	0,05	7,72	31,93		0,11	0,07	18,00	1,08										
	671	Хлеб пшеничный	25	2,13	0,25	13,92	66,45		0,06	0,02		0,58										
ТТК	12846	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42										
Итого:				675	28,18	26,79	72,61	643,92	37,70	0,43	0,26	26,74	7,80									
	12833	Десерт фруктовый (яблоко)	60	0,24	0,24	5,88	26,64		0,02	0,01	6,00	0,12										
ТТК	14939	Салат из моркови с сахаром	60	0,79	0,06	7,17	32,36		0,04	0,04	3,02	0,79										
	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									
392/2014 Дели притт	12824	Чай с сахаром	180			9,98	39,92															
	13321	Печенье сахарное 13г. в ассортименте	26	1,68	4,80	15,84	113,20															
Итого:				446	17,61	13,39	69,84	469,48	58,00	0,10	0,15	9,23	1,45									
Итого:				1698	55,78	52,79	205,77	1529,41	167,64	0,68	0,69	38,00	9,82									