Согласовано _____

_____ / _____ /

Согласовано
Директор ООО "ГАММА-плюс"

_____ / Солоднев И. П.

Цикличное меню Сад 4-х разовое

на период с 09.11.2026г. по 13.11.2026

Сборник рецептур	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)																			
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**	200/5/2	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	
	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)																			
	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)																			
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	
	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	
	15928	**Биточки куриные**	70	7,70	4,20	10,50	110,60					0,89					0,04		
	14832	**Рис отварной с овощами**	150	3,72	5,51	37,12	212,90		0,06	0,04	2,10	2,52			16,48	33,48	89,25	0,73	
	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	
ТТК	12846	**Хлеб ржаной**	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42			14,10			1,17	
		Итого:	**690**	**21,20**	**19,89**	**87,58**	**614,11**	**8,00**	**0,36**	**0,24**	**50,42**	**27,13**			**128,25**	**92,37**	**245,44**	**4,88**	
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	
41/2008	13047	**Салат Витаминный с маслом растительным**	45	0,58	2,38	5,19	44,52		0,02	0,02	12,46	11,85			17,45	7,86	13,25	0,50	
	16014	**Рулет мясной с луком и яйцом**	60	6,23	12,96	3,53	155,72	18,88	0,02	0,05	3,53	1,39			26,09	7,35	36,34	1,99	
	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	
	15933	**Печенье сахарное 16 гр.**	16	1,20	1,57	11,90	66,54												
		Итого:	**511**	**12,87**	**21,63**	**65,70**	**508,98**	**18,88**	**0,26**	**0,19**	**77,99**	**15,65**			**84,44**	**63,80**	**166,39**	**4,60**	
		Итого:	**1 768**	**44,70**	**54,22**	**227,00**	**1 582,88**	**99,30**	**0,77**	**0,73**	**130,47**	**42,85**			**460,25**	**182,48**	**593,03**	**11,08**	
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	
	10970	**Какао напиток Mac Choco**	180	1,70	1,70	17,45	91,97	9,00	0,02	0,07	0,59				54,14	6,30	40,50	0,06	
		Итого:	**370**	**15,18**	**20,86**	**35,60**	**390,88**	**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 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)																			
	360	**Икра кабачковая (консервы)**	30	0,60	2,80	2,43	37,32												
	14835	**Суп из овощей на кур.бульоне**	200	5,15	6,44	9,32	115,82	7,50	0,09	0,08	18,27	9,10			33,00	22,87	77,00	1,00	
	16023	**Запеканка картофельная с минтаем**	160	9,53	11,10	26,93	245,75		0,19	0,11	30,70	4,75			19,41	37,95	98,21	1,62	
	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	
378/2014 Дели плюс	13299	**Кисель из ягод**	180	0,20	0,08	14,32	58,81		0,01	0,01	39,84	0,14			9,14	6,18	9,81	0,29	
		Итого:	**630**	**19,91**	**21,20**	**77,96**	**582,32**	**7,50**	**0,40**	**0,24**	**88,81**	**17,17**			**85,95**	**77,79**	**212,22**	**5,18**	
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	
	16012	**Тефтели с соусом сметанным**	60/60	7,83	17,51	11,65	235,49	17,40	0,05	0,05	1,42	2,16			36,86	10,50	45,54	0,54	
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	
469/2011 Дели принт	13964	**Булочка Домашняя**	30	2,56	4,61	18,93	127,41	3,14	0,04	0,02	0,11	2,08			15,18	4,56	26,48	0,42	
		Итого:	**540**	**16,67**	**30,24**	**77,77**	**649,93**	**20,54**	**0,25**	**0,14**	**5,53**	**8,03**			**87,13**	**34,65**	**116,57**	**3,96**	
		Итого:	**1 690**	**55,95**	**76,18**	**208,07**	**1 741,70**	**295,06**	**0,82**	**1,06**	**102,72**	**27,68**			**559,53**	**164,95**	**732,35**	**29,82**	
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	
	15377	**Каша молочная пшенная жидкая с сахаром и маслом**	200/5/2	7,54	6,00	36,35	229,53	28,16	0,21	0,17	1,31	0,14			134,23	47,42	184,90	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**	**11,86**	**13,47**	**57,67**	**399,28**	**72,42**	**0,26**	**0,28**	**2,06**	**0,19**			**250,36**	**59,51**	**274,40**	**1,60**	
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)																			
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	
	16006	**Фрикадельки мясные**	70	8,88	18,60	5,78	226,02	2,80	0,03	0,03	0,64	1,58			21,90	8,32	29,76	0,43	
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	
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	
	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:	**685**	**24,24**	**34,06**	**87,14**	**752,11**	**10,80**	**0,33**	**0,19**	**24,17**	**17,58**			**125,50**	**62,77**	**197,66**	**5,96**	
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																			
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	
	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	
	15756	**Сырники классические со сгущеным молоком**	100/20	13,65	10,21	43,21	319,39		0,01	0,03	0,20	1,55			62,14	6,94	44,75	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:	**470**	**17,70**	**16,24**	**101,09**	**627,68**		**0,08**	**0,11**	**10,38**	**2,08**			**83,92**	**59,48**	**96,87**	**0,92**	
		Итого:	**1 722**	**53,85**	**63,85**	**260,15**	**1 845,07**	**83,22**	**0,66**	**0,58**	**36,61**	**19,84**			**459,78**	**181,76**	**568,92**	**8,47**	
Четверг																			
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																			
	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	
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	
	14867	**Суп молочный гречневый**	200	6,09	6,46	17,34	151,85	36,00	0,13	0,24	1,82	0,15			172,17	51,63	174,37	1,22	
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**	**12,97**	**15,85**	**44,62**	**373,02**	**168,00**	**0,21**	**0,52**	**2,99**	**0,38**			**296,27**	**72,83**	**313,47**	**2,23**	
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)																			
	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	
	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	101,49	1,96	
	15999	**Пельмени отварные МБ мясные,с маслом**	150	10,02	17,70	32,53	329,47	8,00	0,00	0,00		0,02			4,16	0,22	1,35	0,03	
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:	**630**	**23,28**	**24,66**	**84,42**	**652,77**	**15,00**	**0,37**	**0,17**	**26,02**	**4,73**			**82,69**	**55,29**	**153,45**	**4,71**	
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	
20/14 ДеЛи плюс	12815	**Салат из свежей капусты**	40	0,62	2,03	3,76	35,81		0,01	0,02	14,42	15,12			19,25	6,75	12,64	0,25	
	16008	**Котлета рубленая**	60	8,25	16,52	9,44	219,45	2,80	0,05	0,04	0,18	2,01			22,43	12,65	39,24	0,80	
	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	

392/2014 Дели плюс	12824	**Чай с сахаром**	180			9,98	39,92								0,30			0,03	
	13817	**Плюшка Московская**	30	2,56	2,10	18,78	104,21	2,00	0,04	0,01		1,10			5,76	3,73	20,97	0,49	
	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:	**520**	**16,25**	**25,52**	**76,02**	**598,80**	**26,96**	**0,30**	**0,21**	**43,09**	**18,96**			**104,87**	**68,08**	**192,13**	**4,67**	
		Итого:	**1 725**	**56,97**	**69,88**	**211,53**	**1 702,98**	**240,76**	**0,91**	**1,09**	**72,57**	**24,07**			**674,79**	**217,75**	**800,73**	**11,77**	

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	
	15364	**Каша молочная геркулесовая жидкая с сахаром и маслом**	200/5/2	5,97	8,62	29,13	217,95	29,20	0,18	0,19	1,38	0,51			143,99	54,58	197,05	1,23	
	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**	**10,28**	**16,09**	**50,44**	**387,70**	**73,46**	**0,23**	**0,30**	**2,13**	**0,56**			**260,13**	**66,67**	**286,55**	**1,62**	

Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)

	15924	**Коктейль мол.Милкшейк**	150	4,28	2,30	17,44	107,56												
		Итого:	**150**	**4,28**	**2,30**	**17,44**	**107,56**												

Обед 1 (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	
	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	
ТТК	12826	**Плов из говядины**	30/150	12,80	14,41	39,99	340,85		0,06	0,04	1,31	3,06			18,13	31,27	177,78	0,92	
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:	**660**	**24,88**	**25,74**	**98,08**	**723,50**	**19,50**	**0,24**	**0,16**	**17,97**	**8,36**			**95,65**	**60,88**	**290,82**	**5,26**	

Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)

40/2024 Дели плюс	14964	**Салат из моркови с яблоками и маслом растит.**	40	0,35	2,10	3,38	33,81		0,02	0,02	3,02	0,98			8,85	9,82	13,85	0,58	
ТТК	13066	**Десерт фруктовый (банан)**	60	0,93	0,31	13,02	58,59		0,02	0,03	6,20	0,25			4,96	26,04	17,36	0,37	
	15941	**Пудинг из творога Дружба с повидлом**	120/20	21,49	5,13	31,59	258,49	60,00	0,02	0,11		1,14			18,52	4,48	48,40	6,28	
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												
		Итого:	**440**	**24,18**	**11,54**	**70,97**	**484,41**	**60,00**	**0,06**	**0,16**	**9,22**	**2,37**			**32,64**	**40,34**	**79,61**	**7,26**	
		Итого:	**1 667**	**63,62**	**55,66**	**236,93**	**1 703,18**	**152,96**	**0,53**	**0,62**	**29,32**	**11,29**			**388,42**	**167,89**	**656,98**	**14,13**	