



Циклическое меню Сад 4-х разовое основное

на период с 15.12.2025г. по 19.12.2025

Сборник рецептур	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества						ХЕ	
				Белки	Жиры	Углево-ды	Ккал	А (мг)	В1 (мг)	В2 (мг)	С (мг)	Е (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		
39/5/2014 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	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		
	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		
	15935	Ежики 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		
	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			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:	715	28,55	26,55	104,73	772,04	12,55	0,53	30,20	25,11			110,68	188,24	364,37	10,90		
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																				
ТТК	13473	Десерт фруктовый (банан)	95	1,49	0,50	20,79	93,62		0,04	0,05	9,90	1,49	1,49	1,98	7,92	41,58	27,72	0,59		
	15535	Икра кабачковая (консерв)	40	0,80	3,74	3,23	49,77													
	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		
	14775	Чай без сахара	180	0,12	0,03	0,02	0,85													
	15764	Мармелад в ассортименте	16	0,01	0,02	9,04	36,38													
	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:	511	11,54	12,34	88,78	512,31	0,02	0,10	0,08	9,90	2,09	1,49	1,98	16,12	55,08	63,22	1,50	
			Итого:	1 826	51,70	53,64	268,53	1 770,77	97,43	0,76	0,71	37,65	23,50	1,49	1,98	424,00	279,65	666,69	13,24	
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		
	13620	Десерт фруктовый (груша)	60	0,24	0,18	6,18	27,30		0,01	0,02	3,00	0,24			11,40	7,20	9,60	1,38		
	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	14,72	19,65	47,68	426,40	0,13	0,49	4,09	2,71			172,66	33,38	252,68	20,94		
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)																				
	14060	Икра морковная	40	0,72	2,04	4,08	37,58		0,03	0,03	2,27	1,03			11,62	13,14	21,56	0,37		
	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		
25/9/2014 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		
	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		
ТТК	12846	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42			14,10			1,17		
			Итого:	680	26,04	22,42	69,96	585,77	0,31	0,43	0,35	37,42	10,66	0,31	0,04	196,61	75,43	238,39	5,11	
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																				
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		
31/3/2014 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		
28/8/2011	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		
39/2/2014 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		
46/2011 Дели плюс	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:	505	17,15	25,07	84,58	676,31	11,74	0,25	0,13	13,01	19,10		64,40	30,67	97,04	4,66		
			Итого:	1 730	62,09	71,01	218,95	1 807,06	320,71	0,86	1,17	55,91	32,47	0,31	0,04	621,22	162,73	733,82	30,86	
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		
	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:	427	13,41	14,98	68,99	464,38	0,17	0,38	2,78	0,07			318,07	43,81	250,30	2,22		
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)																				
	15236	Витаминный стол С (лук,чеснок)	5	0,21	0,02	1,01	5,05		0,00	0,00	0,56	0,17			5,54	1,19	4,30	0,06		
25/04	13337	Салат Стелной	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		
ТТК	12826	Плов из говядины	30/150	12,80	14,41	39,99	340,85		0,06	0,04	1,79	2,51			19,28	34,15	95,53	0,82		
	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	23,42	24,23	90,26	720,70	8,00	0,27	0,18	64,99	15,85		110,05	84,87	228,44	4,98		
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		
	14730	Салат из моркови с яблоками и сахаром	60	0,65	0,11	5,37	25,13		0,03	0,03	3,95	0,21			14,89	18,63	26,62	0,69		
	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		
	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	12,37	10,70	58,91	367,67	25,00	0,08	0,13	13,95	1,67		32,30	63,41	76,07	4,07		
			Итого:	1 730	49,25	50,00	235,26	1 622,15	116,42	0,53	0,70	81,72	17,59		460,42	192,08	554,81	11,26		
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		
	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		
94/2014 Дели плюс	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	12821	Ряженка	150	4,47	3,85															

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	
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	
			Итого:	550	17,57	23,79	90,25	645,38	13,20	0,34	0,22	37,38	8,02		98,32	76,60	216,17	6,04	
			Итого:	1 810	56,14	66,70	252,14	1 833,38	147,64	0,94	0,97	72,85	17,96		722,35	216,29	845,40	13,75	

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	
	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	
	15236	Витаминный стол С (лук,чеснок)	5	0,21	0,02	1,01	5,05			0,00	0,00	0,56	0,17		5,54	1,19	4,30	0,06	
	15533	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, на кур.бульоне С	200/10	5,56	8,88	7,97	134,06	18,00		0,08	0,08	25,71	20,84		56,58	23,55	80,22	1,05	
	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	
	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:	675	21,84	35,53	63,61	661,57	18,00	0,46	0,30	68,66	31,44		154,59	88,89	237,32	5,84	

Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																			
ТТК	12871	Десерт фруктовый (яблоко)	70	0,28	0,28	6,86	31,08			0,02	0,01	7,00	0,14		11,20	6,30	7,70	1,54	
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	
	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		78,15	10,90	88,82	3,84	
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:	466	20,13	11,75	66,88	453,76	69,60	0,10	0,16	10,08	1,02		105,29	39,09	128,20	5,83	
			Итого:	1 718	57,39	63,32	202,62	1 609,92	166,54	0,73	0,80	81,23	32,83		555,77	170,10	651,01	12,70	