Согласовано

Согласовано
Директор ООО "ГАММА-плюс"

Солоднев И. П.

Цикличное меню Сад 4-х разовое

на период с 16.11.2026г. по 20.11.2026

Сборник рецептур	Код	Наименование	Выход	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)	XE
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	
	14601	Каша молочная манная жидкая с печеньем	200	5,30	6,57	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:	410	10,81	15,16	52,78	390,84	84,86	0,13	0,33	2,61	0,31			295,30	35,03	232,60	0,73	
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)																			
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	
	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	9,02	9,38	7,38	150,00					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	
ТТК	10381	Компот из сухофруктов	180			17,96	71,84								0,22			0,02	
	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	28,73	27,03	106,86	785,65	11,75	0,51	0,28	29,68	28,55		107,89	184,39	335,95	8,76
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																	
	13582	Десерт фруктовый (груша)	80	0,32	0,24	8,24	36,40		0,02	0,02	4,00	0,32		15,20	9,60	12,80	1,84
	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	265,18	20,00	0,00	0,01		0,05		1,20		1,50	0,01
	14775	Чай без сахара	180	0,12	0,03	0,02	0,85										
	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
	15764	Мармелад в ассортименте	16	0,01	0,02	9,04	36,38										
		Итого:	491	9,96	12,08	71,34	433,96	20,00	0,06	0,05	4,00	0,83		22,00	20,40	41,50	2,57
		Итого:	1 771	49,55	54,36	245,23	1 676,44	116,61	0,70	0,66	36,29	29,68		425,19	239,81	610,05	12,05
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
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
	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:	385	14,27	19,30	41,22	395,61	224,76	0,13	0,49	37,09	2,59		179,76	32,68	250,38	19,62
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)																	
	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
	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
	16017	Биточки рыбные с овощами запеченные	60	8,69	6,32	5,36	113,06	26,93	0,03	0,05	3,60	4,71		60,13	10,37	51,75	1,19
	14974	Картофель запеченый с маслом растительным	130	2,93	5,08	23,88	152,96		0,18	0,10	29,30	2,14		17,59	33,87	85,66	1,34
	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:	670	21,47	20,61	77,88	582,83	32,13	0,48	0,31	67,35	13,23		174,94	86,95	260,08	6,60
Уплотненный полдник (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
	15334	Фрикадельки мясные	60	7,62	15,89	4,96	193,29	2,40	0,03	0,03	0,56	1,33		18,90	7,14	25,56	0,37

314/2014 Дели плюс	14035	Каша ячневая вязкая	150	3,23	4,83	21,12	140,85		0,09	0,03		2,44	27,18	16,23	111,15	0,59
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
	14019	Крендель сахарный	30	2,43	4,37	18,75	124,00	6,90	0,03	0,03	0,08	1,90	12,43	3,83	24,39	0,81
		Итого:	480	15,64	26,92	67,25	573,83	9,30	0,22	0,11	4,55	6,87	74,66	46,58	208,18	2,83
		Итого:	1 685	55,56	70,69	203,09	1 670,85	297,19	0,89	1,12	110,38	22,69	616,91	189,47	864,34	29,20
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
	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
	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:	417	10,39	16,03	56,93	413,57	71,46	0,22	0,29	2,00	0,56	248,01	65,27	277,55	1,59
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
	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	13333	Плов из мяса свинины	30/150	12,65	18,06	41,48	379,04		0,06	0,04	1,78	2,51	19,24	34,08	95,32	0,82
	14602	Компот из ягод	180	0,22	0,09	11,16	46,27		0,01	0,01	43,20	0,15	8,06	6,70	7,13	0,31
	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	22,99	28,38	90,99	711,34	8,00	0,27	0,18	65,15	15,89	102,33	84,28	222,88	4,93
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																
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
	15698	Салат из моркови с яблоками и маслом раст.	60	0,53	3,15	5,07	50,72		0,03	0,03	4,52	1,52	13,28	14,72	20,78	0,87
	15940	Пудинг из творога Дружба с повидлом	100/20	17,97	4,61	28,56	227,62	50,00	0,02	0,09		1,12	15,91	3,97	40,64	5,28
392/2014 Дели плюс	12824	Чай с сахаром	180			9,98	39,92						0,30			0,03
	15229	Пряник в асс. 30гр	30	1,50	1,65	22,50	110,85									
		Итого:	450	20,93	9,71	79,13	487,70	50,00	0,07	0,15	10,72	2,88	34,45	44,74	78,78	6,55

		Итого:	1 677	54,37	54,20	241,30	1 678,61	129,46	0,56	0,62	77,87	19,33	384,79	194,28	579,21	13,07
Четверг																
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
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:	410	10,23	13,93	40,16	326,91	80,26	0,17	0,33	2,57	0,12	289,42	44,99	253,47	0,97
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)																
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
	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
	16009	Котлета рубленая	70	9,64	19,41	11,04	257,36	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
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
	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	25,10	33,29	97,17	788,64	10,76	0,37	0,21	32,50	24,70	123,61	68,90	216,11	6,26
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
	13184	Десерт фруктовый (апельсин)	70	0,63	0,14	5,67	26,46		0,03	0,02	42,00	0,63	23,80	9,10	16,10	0,21
	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:	540	18,31	26,86	77,61	625,41	10,40	0,28	0,18	67,55	7,47	93,11	63,59	179,02	3,89
		Итого:	1 785	58,10	77,92	221,41	1 819,34	132,22	0,86	0,92	103,07	32,29	697,11	199,04	790,28	11,28

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
	15656	Каша молочная пшеничная жидкая с сахаром и маслом	200/5/2	5,14	4,92	23,45	158,61	28,16	0,10	0,17	1,31	0,02	130,69	14,18	91,55	1,07
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:	417	10,65	13,51	50,59	366,56	79,42	0,16	0,34	2,52	0,07	288,87	31,16	212,55	1,49
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)																
	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
	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
	14738	Шницель рубленый из птицы	60	5,89	7,01	19,19	163,47	3,12	0,05	0,04	0,20	2,04	25,62	12,84	40,68	0,81
	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:	670	18,83	21,09	85,75	608,11	10,62	0,44	0,28	60,65	17,32	114,65	87,83	244,09	5,70
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																
	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
41/2011 Дели принт	13783	Салат из моркови с сахаром	40	0,50	0,04	4,65	20,92		0,02	0,03	1,92	0,15	10,43	14,59	21,12	0,27
	15868	Запеканка творожная с крошкой Дружба с молоком сгущенным	100/10	16,07	8,22	30,50	260,26	58,00	0,04	0,08	0,10	0,54	42,77	6,79	57,59	3,19
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	66,54									
		Итого:	416	18,87	10,19	72,36	456,63	58,00	0,09	0,14	9,32	0,99	59,34	52,05	99,15	3,93
		Итого:	1 653	52,64	47,08	226,14	1 538,87	148,04	0,69	0,76	72,48	18,38	462,86	171,04	555,78	11,13