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	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	
	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**	