



Циклическое меню Сад 4-х разовое основное

на период с 20.04.2026г. по 24.04.2026

Сборник рецептов	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины				Минеральные вещества						ХЕ		
				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)																				
	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
	15366	Каша молочная манная жидкая с сахаром и маслом	200/5/2	6,25	5,14	31,72	198,13	29,12	0,09	0,17	1,31	0,48					134,61	20,39	122,05	0,44
39/5/2014 Делги 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	12,51	14,02	64,00	432,26	80,38	0,16	0,34	2,58	0,53				294,69	38,68	249,55	0,98	
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																				
	15438	Напиток сыровоточный	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)																				
	14640	Икра кабачковая (консервы)	50	0,85	4,45	3,85	59,25													
	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	
	15935	Ёжики мясные Вкусные	70	7,70	8,29	6,30	130,61					0,89						0,04		
317/2014 Делги плюс	15847	Макаронные 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		
	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		
	12807	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		2,72			18,80			1,56		
		Итого:	695	23,37	25,56	82,93	655,24	7,50	0,29	0,14	24,03	16,09			83,02	43,34	146,49	4,20		
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																				
	13561	Десерт фруктовый (груша)	90	0,36	0,27	9,27	40,95		0,02	0,03	4,50	0,36			17,10	10,80	14,40	2,07		
	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			14,09	7,06	13,83	0,35		
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		
39/2/2014 Делги 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		
46/9/2014 Делги плюс	12853	Булочка домашняя	50	4,30	7,01	31,50	206,29	5,20	0,07	0,04	0,18	3,18			24,92	7,58	44,03	0,70		
		Итого:	560	19,42	28,06	102,70	740,98	5,20	0,21	0,13	12,86	7,74			81,24	70,33	194,79	4,68		
		Итого:	1 862	55,35	67,73	266,73	1 897,89	93,08	0,65	0,61	39,47	24,37			458,96	152,34	590,82	9,86		
Вторник																				
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	
ТТК	12906	Десерт фруктовый (яблоко)	90	0,36	0,36	8,82	39,96		0,03	0,02	9,00	0,18			14,40	8,10	9,90	1,98		
	14638	Омлет натуральный	100	10,51	13,21	1,92	188,61	193,76	0,06	0,37	0,37	2,32			85,28	13,17	170,76	18,84		
	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	15,94	21,33	37,19	404,49	238,02	0,15	0,50	10,13	2,55			217,71	34,65	276,66	21,32		
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																				
	14644	Снежок	180	5,00	4,63	19,98	141,53	37,00	0,06	0,24	1,67				223,85	27,75	173,90	0,19		
		Итого:	180	5,00	4,63	19,98	141,53	37,00	0,06	0,24	1,67				223,85	27,75	173,90	0,19		
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																				
табл.24/1996	13691	Огурец свежий	20	0,14	0,02	0,38	2,26		0,01	0,00	1,40	0,02			3,40	2,80	6,00	0,10		
	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	9,08			42,51	23,46	74,40	1,21		
	14850	Мякоть цыпленка тушенная в сметанном соусе	40/40	5,34	4,90	14,78	124,58	10,00	0,01	0,01	0,04	0,08			10,52	1,45	8,92	0,07		
	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		
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:	690	23,78	19,54	107,44	700,77	18,00	0,49	0,27	16,96	14,78			96,40	177,40	323,72	8,34		
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																				
	15134	Салат из свежей капусты	40	0,65	2,04	3,85	36,31		0,01	0,02	15,15	1,54			20,07	7,08	13,24	0,26		
	15899	Фрикадельки рыбные запеченные с соусом молочным	75/15	15,68	6,99	5,64	148,16	28,56	0,03	0,05	0,11	1,62			36,51	7,74	43,37	1,89		
	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		
39/2/2014 Делги 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		
	15764	Мармелад в ассортименте	16	0,01	0,02	9,04	36,38											1,56		
		Итого:	476	20,93	13,67	56,69	433,53	50,72	0,23	0,20	37,75	3,77			104,41	54,38	169,30	3,97		
		Итого:	1 756	65,64	59,17	221,31	1 680,32	343,74	0,92	1,22	66,51	21,10			642,38	294,18	943,58	33,81		
Среда																				
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		
	15666	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		
	10970	Какао напиток Мас Сносо	180	1,31	1,44	6,61	97,35	9,00	0,02	0,07	0,59				54,14	6,30	40,50	0,06		
		Итого:	422	8,73	10,85	45,54	367,52	57,16	0,15	0,26	1,90	0,07			191,73	24,38	153,05	1,50		
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																				
	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)																				
33/2011 Делги плюс	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		
	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		
	15818	Быточки рубленые	60	7,81	10,90	9,44	167,11	2,80	0,05	0,04	0,18	2,05			23,75	12,73	39,51	0,81		
	15515	Капуста свежая тушенная	130	3,10	4,74	12,96	106,85		0,05	0,07	71,22	72,63			82,77	27,34	55,47	1,07		
	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		
	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	22,91	27,44	73,49	680,47	22,30	0,29	0,24	120,94	81,18			183,12					

ТТК	11500	Трубочка слоёная в ассортименте	35	1,64	5,74	14,41	115,86	3,76		0,01		0,01			0,57			0,03
			Итого:	595	16,00	26,01	94,71	676,92	19,66	0,31	0,13	13,55	6,70		84,90	75,49	197,43	5,23
			Итого:	1 835	53,64	70,17	229,05	1 762,30	144,92	0,94	1,01	260,25	34,52		716,36	231,30	845,49	12,36

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	
	15569	Каша молочная рисовая жидкая с сахаром и маслом	200/5/2	5,23	5,14	32,77	198,26	29,12	0,07	0,17	1,37	0,14		131,65	30,29	142,22	0,45	
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	11,50	14,02	65,05	432,38	80,38	0,14	0,34	2,58	0,19		291,73	48,58	269,72	0,99

Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)

	15923	Коктейль мол.Милкшейк	180	5,04	2,70	20,16	125,10										
			Итого:	180	5,04	2,70	20,16	125,10									

Обед 1 (с 3 до 7 лет)

табл.241/1996	13691	Огурец свежий	20	0,14	0,02	0,38	2,26		0,01	0,00	1,40	0,02		3,40	2,80	6,00	0,10	
	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	
288/2011	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	
317.529/1997	14224	Гороховое пюре	130	14,68	4,32	30,69	220,37	18,20	0,57	0,12		0,36		62,56	56,33	146,27	4,50	
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:	650	30,64	21,16	83,92	692,47	23,64	0,78	0,22	8,02	7,03		116,10	86,96	242,52	8,72

Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)

ТТК	13483	Десерт фруктовый (апельсин)	80	0,72	0,16	6,48	30,24		0,03	0,02	48,00	0,72	0,72	1,60	27,20	10,40	18,40	0,24	
	14939	Салат из моркови с сахаром	60	0,79	0,06	7,17	32,36		0,04	0,04	3,02	0,79			16,42	22,98	33,26	0,43	
	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			76,13	10,90	86,80	3,84	
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:	500	21,61	15,66	80,40	555,36	69,60	0,11	0,17	51,23	2,16	0,72	1,60	120,05	44,28	138,47	4,55
			Итого:	1 757	68,79	53,55	249,52	1 805,31	173,62	1,03	0,73	61,83	9,38	0,72	1,60	527,88	179,83	650,70	14,25