

Согласовано

Согласовано
Директор ООО "ГАММА-плюс"

Солоднев И. П.

Циклическое меню Сад 4-х разовое

на период с 21.09.2026г. по 25.09.2026

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)	ХЕ
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	5,78	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	14,38	52,79	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)																			
16/04	13595	Салат из свежих огурцов	40	0,26	2,43	0,70	25,77		0,01	0,01	2,60	1,10			6,31	5,19	11,18	0,19	
	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	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	
	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:		715	26,79	25,97	86,54	687,03	11,75	0,51	0,27	34,04	28,46	103,72179,81323,408,28				
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																
ТТК	13693	Салат из свежих помидоров с луком	60	0,73	4,12	2,92	51,70		0,04	0,02	13,95	2,16	10,86	11,88	20,30	0,56
	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									
	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									
	13097	Десерт фруктовый яблоко	80	0,32	0,32	7,84	35,52		0,02	0,02	8,00	0,02	12,80	7,20	8,80	1,76
		Итого:	511	9,89	12,55	70,64	435,07	0,02	0,11	0,06	21,95	2,66	30,46	29,88	57,80	3,05
	Итого:	1 786	47,54	52,98	224,21	1 578,94	96,63	0,74	0,67	58,60	31,42	429,48244,71613,8012,05				
Вторник																
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																
2/2011 Дели принт	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
	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	179,7632,68 250,3819,62				
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		187,5523,25 145,700,16				
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																
таб.24/1996	13692	Помидор свежий	20	0,22	0,04	0,76	4,28		0,01	0,01	5,00	0,14	2,80	4,00	5,20	0,18
	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	2,65	5,98	5,36	85,81	26,93	0,03	0,05	3,60	4,71	60,13	10,37	51,75	1,19
	14974	Картофель запеченный 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
	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	14,77	18,36	78,39	537,90	32,13	0,39	0,25	44,11	12,31	124,7470,44 217,026,46				
Уплотненный полдник (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

314/2014 Дели плюс 392/2014 Дели плюс 460/2011 Дели принт	15334 Фрикадельки мясные	60	7,14	15,53	17,73	185,15	0,24	0,02	0,01	0,41	1,24	26,41	9,87	17,73	0,39
	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
	12824 Чай с сахаром	180			9,98	39,92						0,30			0,03
	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
	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:	500	16,76	30,10	92,88	655,29	11,74	0,22	0,11	14,96	22,51	99,46	50,04	209,37	3,33
	Итого:	1 685	49,98	71,63	229,23	1 707,37	299,63	0,79	1,05	97,55	37,42	591,50	176,41	822,47	29,57

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	200/5/25	9,7	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 Мас Choso	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:	417	9,99	15,77	46,08	418,96	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)

16/04	13595 Салат из свежих огурцов	40	0,26	2,43	0,70	25,77		0,01	0,01	2,60	1,10	6,31	5,19	11,18	0,19
	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	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:	660	22,67	28,72	88,04	749,23	8,00	0,25	0,17	63,10	16,03	100,53	80,23	215,23	4,80

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
40/2024 Дели плюс	14964 Салат из моркови с яблоками и маслом растит.	40	0,11	2,08	2,00	27,16		0,02	0,02	3,02	0,98	8,85	9,82	13,85	0,58
	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
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:		430	11,60	8,88	68,85	387,97	25,00	0,05	0,10	9,22	2,28	23,52	38,63	52,66	3,76	
Итого:		1 657	44,32	53,45	217,22	1 622,15	104,460,53	0,55	74,32	18,88		372,06184,12545,4410,15				
Четверг																
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																
3/2011	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	
Дели принт 94/2014	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	
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:		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	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	
Дели плюс	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	9,40	19,40	11,07	256,46	3,28	0,02	0,04	0,21	2,39	45,83	10,95	23,93	0,26	
317/2014	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	
ДеЛи плюс	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:		685	24,84	33,17	93,74	772,81	10,76	0,44	0,27	46,42	25,70	170,76	77,48	225,28	5,57	
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																
16/04	13595 Салат из свежих огурцов	40	0,26	2,43	0,70	25,77		0,01	0,01	2,60	1,10	6,31	5,19	11,18	0,19	
	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	
	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	12824 Чай с сахаром	180			9,98	39,92						0,30			0,03	
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	
467/2014	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	
Дели плюс	Итого:	530	17,88	26,83	73,99	608,98	10,40	0,28	0,17	60,14	6,96	81,22	58,68	170,65	3,49	
Итого:		1 775	57,42	77,78	214,35	1 132,220,92		0,97	109,59	32,77		732,36	202,71	791,08	10,18	

787,08

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	200/5/25,14	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	17,14	106,38									
	Итого:		150	4,28	2,30	17,14	106,38									

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
	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 рубленный 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,Т К436/2008	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	18,86	21,05	85,78	607,99	10,62	0,43	0,27	60,35	17,29		119,32	87,88	242,48	5,90

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
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
	15867	Запеканка творожная с крошкой Дружба с молоком сгущенным	100/20	14,90	8,20	30,97	257,28	58,00	0,04	0,10	0,20	0,54		73,77	10,23	79,71	3,21
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:		416	17,53	10,12	70,52	443,24	58,00	0,09	0,15	8,32	0,95		89,46	50,86	118,19	3,89
	Итого:		1 653	51,32	46,98	224,02	1 524,18	148,04	0,68	0,76	71,19	18,31		497,66	169,90	573,21	11,28