Согласовано _____

_____ / _____ /

Согласовано
Директор ООО "ГАММА-плюс"

_____ / Солоднев И. П.

Цикличное меню Сад 4-х разовое

на период с 23.11.2026г. по 27.11.2026

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	
	15373	**Каша молочная Дружба жидкая с сахаром и маслом**	200/2	4,54	4,97	21,16	147,54	27,44	0,09	0,16	1,26	0,08			122,42	26,02	123,76	0,48	
	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:	**412**	**8,86**	**12,44**	**42,47**	**317,29**	**71,70**	**0,13**	**0,27**	**2,01**	**0,13**			**238,55**	**38,10**	**213,26**	**0,86**	
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)																			
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	
	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	
	15999	**Пельмени отварные МБ мясные,с маслом**	150	10,02	17,70	32,53	329,47	8,00	0,00	0,00		0,02			4,16	0,22	1,35	0,03	
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:	**630**	**20,56**	**27,60**	**79,68**	**649,42**	**16,00**	**0,23**	**0,15**	**33,67**	**24,83**			**93,34**	**45,93**	**127,04**	**4,56**	
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																			
	7383	**Мандарины свежие**	70	0,56	0,14	5,25	24,50		0,04	0,02	26,60	0,56			24,50	7,70	11,90	0,07	
	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	
	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	
	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	
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	
	15933	**Печенье сахарное 16 гр.**	16	1,20	1,57	11,90	66,54												
		Итого:	**516**	**14,92**	**24,99**	**68,73**	**559,49**	**2,40**	**0,30**	**0,18**	**70,78**	**4,55**			**90,46**	**67,50**	**167,06**	**2,85**	
		Итого:	**1 708**	**44,40**	**65,11**	**205,13**	**1 592,20**	**90,10**	**0,66**	**0,59**	**106,46**	**29,51**			**422,35**	**151,53**	**507,36**	**8,27**	
Вторник																			
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	
ТТК	12833	**Десерт фруктовый (яблоко)**	60	0,24	0,24	5,88	26,64		0,02	0,01	6,00	0,12			9,60	5,40	6,60	1,32	
	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	
	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:	**370**	**15,18**	**20,86**	**35,60**	**390,88**	**236,02**	**0,12**	**0,48**	**7,00**	**2,49**			**198,90**	**29,25**	**257,86**	**20,52**	
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)																			
	360	**Икра кабачковая (консервы)**	30	0,60	2,80	2,43	37,32												
	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	
	15255	**Запеканка картофельная с говядиной С**	150	10,28	19,94	26,11	325,07	1,06	0,18	0,10	29,71	2,88			18,40	35,74	92,73	1,47	
	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:	**620**	**21,44**	**31,34**	**72,46**	**657,64**	**9,86**	**0,48**	**0,29**	**64,94**	**20,42**			**123,24**	**84,80**	**251,06**	**5,71**	
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	
	14769	**Голубцы ленивые из говядины с рисом**	80	5,78	10,48	5,88	140,96	6,00	0,02	0,03	23,33	23,48			28,09	11,26	30,04	0,99	
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	
	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	
	13651	**Вафли в асс 18 г.**	18	1,03	5,22	11,16	95,74												
		Итого:	**473**	**14,26**	**24,01**	**61,70**	**519,95**	**6,00**	**0,15**	**0,08**	**27,33**	**27,95**			**68,17**	**38,80**	**116,42**	**3,09**	
		Итого:	**1 613**	**55,06**	**80,09**	**186,50**	**1 687,04**	**282,88**	**0,80**	**1,06**	**100,66**	**50,85**			**577,85**	**176,10**	**771,04**	**29,48**	
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	
	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	
	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:	**417**	**9,19**	**12,33**	**44,03**	**323,84**	**71,94**	**0,14**	**0,28**	**2,03**	**0,37**			**251,95**	**35,93**	**247,49**	**0,87**	
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)																			
	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	
	14864	**Суп гороховый на кур.бульоне**	200	8,07	3,67	15,85	128,70	7,00	0,22	0,09	9,85	0,36			37,09	32,94	101,49	1,96	
	16001	**Котлета рубленая из говядины**	70	10,70	20,17	10,96	268,14					1,55					0,07		
	15057	**Каша гречневая вязкая**	150	4,58	5,61	20,77	151,87		0,16	0,07		2,25			8,61	72,83	108,76	2,45	
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:	**700**	**28,37**	**32,69**	**93,99**	**783,71**	**7,00**	**0,52**	**0,23**	**14,14**	**8,48**			**80,45**	**125,32**	**256,38**	**7,07**	
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																			
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	
	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	
	15867	**Запеканка творожная с крошкой Дружба с молоком сгущенным**	100/20	16,80	9,08	36,11	293,32	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	
	14743	**Булочка Молочная**	50	4,41	3,61	24,58	148,47	4,08	0,07	0,05	0,27	1,58			32,19	7,89	45,27	0,44	
		Итого:	**490**	**23,46**	**13,24**	**98,64**	**607,59**	**62,08**	**0,18**	**0,24**	**13,35**	**2,75**			**129,90**	**82,01**	**184,66**	**4,69**	
		Итого:	**1 757**	**61,07**	**58,35**	**250,92**	**1 781,14**	**141,02**	**0,84**	**0,74**	**29,52**	**11,60**			**462,30**	**243,26**	**688,52**	**12,63**	
Четверг																			
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																			
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	
	14805	**Яйцо вареное**	20	2,55	2,30	0,15	31,50	94,00	0,02	0,13		0,18			10,80	6,00	43,60	0,64	
	15282	**Суп молочный с макаронными изделиями**	200	5,84	6,14	19,48	156,52	36,00	0,08	0,22	1,82	0,26			171,57	22,16	140,52	0,40	
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:	**425**	**12,72**	**15,53**	**46,77**	**377,70**	**168,00**	**0,16**	**0,50**	**2,99**	**0,49**			**295,67**	**43,36**	**279,62**	**1,41**	
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	
	15070	**Борщ с картофелем на курином бульоне**	200	4,97	7,04	12,67	133,88	7,00	0,09	0,08	13,21	1,91			35,62	26,07	79,40	1,34	
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	
	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	
	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:	**660**	**22,80**	**27,93**	**89,29**	**699,69**	**7,00**	**0,28**	**0,18**	**35,17**	**22,76**			**104,45**	**79,44**	**214,87**	**4,79**	
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																			
ТТК	12833	**Десерт фруктовый (яблоко)**	60	0,24	0,24	5,88	26,64		0,02	0,01	6,00	0,12			9,60	5,40	6,60	1,32	
19/2011 Дели принт	12850	**Салат из соленых огурцов с луком**	40	0,44	2,06	1,27	25,37		0,01	0,01	2,86	0,95			12,19	7,11	14,38	0,32	
	16021	**Котлета рыбная Любительская**	60	8,88	3,30	3,64	79,81	17,50	0,03	0,05	1,13	1,11			11,09	9,52	30,53	2,06	
	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	
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	

ТТК	12881	**Плюшка Московская**	50	4,27	3,50	31,19	173,37	3,50	0,07	0,02		1,83			8,89	6,15	34,79	0,82	
		Итого:	**540**	**18,16**	**13,70**	**82,19**	**524,71**	**21,00**	**0,32**	**0,20**	**35,99**	**6,29**			**62,25**	**68,99**	**189,30**	**6,46**	
		Итого:	**1 775**	**58,14**	**61,01**	**224,72**	**1 680,48**	**226,80**	**0,80**	**1,08**	**74,60**	**29,54**			**653,34**	**213,34**	**825,47**	**12,82**	

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	
	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	
	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:	**417**	**10,58**	**12,63**	**59,47**	**393,80**	**72,42**	**0,14**	**0,29**	**2,06**	**0,07**			**247,56**	**26,31**	**181,20**	**1,60**	

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)

	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	
	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	
	14745	**Котлета рубленая Сочная**	60	5,89	5,41	19,21	149,07	3,20	0,05	0,04	0,21	1,34			26,89	13,05	41,43	0,82	
	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	
	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	
	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:	**670**	**20,85**	**26,49**	**88,70**	**676,57**	**44,86**	**0,39**	**0,29**	**71,28**	**10,22**			**141,97**	**80,36**	**250,18**	**6,55**	

Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)

	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	
	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	
	15964	**Вареники с творогом "Кроха" со сгущенным молоком**	100/20	10,27	7,01	35,24	245,09	8,00	0,01	0,03	0,20	0,02			62,49	6,87	44,84	0,04	
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:	**480**	**14,50**	**16,25**	**96,89**	**598,23**	**8,00**	**0,08**	**0,11**	**14,73**	**1,94**			**84,07**	**63,59**	**93,62**	**1,54**	
		Итого:	**1 717**	**50,21**	**57,66**	**262,50**	**1 776,16**	**125,28**	**0,61**	**0,69**	**88,07**	**12,23**			**473,61**	**170,26**	**524,99**	**9,69**	