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	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	
	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