



Циклическое меню Сад 4-х разовое основное

на период с 24.02.2026г. по 27.02.2026

Сборник рецептур	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины				Минеральные вещества					ХЕ			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	А (мг)	В1 (мг)	В2 (мг)	С (мг)	Е (мг)	Zn (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)			
Вторник																				
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																				
14884	Батон с маслом и сыром	30/5	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				
15522	Морковь порционная	30	0.39	0.03	2.07	10.11		0.02	0.02	1.50	0.12		8.10	11.40	16.50	0.21				
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				
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:	350	15.97	21.00	30.44	374.64	238.02	0.14	0.51	2.63	2.49		211.41	37.95	283.26	19.55			
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																				
14644	Снекок	180	5.00	4.63	19.98	141.53	37.00	0.06	0.24	1.67			223.85	27.75	173.90	0.90				
		Итого:	180	5.00	4.63	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)																				
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	9.05		42.51	23.46	74.40	1.21				
15935	Ежики мясные Вкусные	70	7.70	8.29	6.30	130.61											0.04			
15058	Каша гречневая рассыпчатая	150	8.74	6.49	39.63	251.86			0.30	0.14				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			
12849	Сок	180	0.90	0.18	18.18	77.94		0.02	0.02	3.60	0.18		12.60	7.20	12.60	2.52				
12794	Хлеб пшеничный	20	1.72	0.26	9.04	45.38		0.05	0.02					5.60	10.80	27.20	0.72			
12807	Хлеб ржаной	40	2.72	0.52	15.92	79.24		0.07	0.03					18.80			1.56			
		Итого:	715	27.69	25.76	103.39	756.19	11.75	0.52	0.30	23.79	16.74		106.92	190.13	343.61	11.01			
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																				
13184	Десерт фруктовый (апельсин)	70	0.63	0.14	5.67	26.46		0.03	0.02	42.00	0.63	0.63	1.40	23.80	9.10	16.10	0.21			
15535	Икра баклажановая (консерв)	40	0.80	3.74	3.23	49.77														
15513	Вареники с картофелем с маслом	150/5	6.99	7.80	41.77	265.24		0.02	0.00	0.01				1.20		1.50	0.01			
392/2014 Дели Плюс	12824	Чай с сахаром	180			9.98	39.92								0.30			0.03		
15532	Пряники в асс. 27р.	27	1.35	1.49	20.20	99.61														
671	Хлеб пшеничный	25	2.13	0.25	13.92	66.45		0.06	0.02						7.00	13.50	34.00	0.90		
		Итого:	497	11.90	13.42	94.77	547.45	0.02	0.09	0.05	42.00	1.23	0.63	1.40	32.30	22.60	51.60	1.15		
		Итого:	1742	60.56	64.81	248.58	1819.80	286.79	0.81	1.10	70.08	20.45	0.63	1.40	574.48	278.43	852.37	31.90		
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					6.90	3.90	21.00	0.37			
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			
10970	Какао напиток Mac Choco	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)																				
15438	Напиток сывороточный	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)																				
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			
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			
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					5.60	10.80	27.20	0.72			
12807	Хлеб ржаной	40	2.72	0.52	15.92	79.24		0.07	0.03					18.80			1.56			
13339	Жаркое по - домашнему из свинины	25/150	10.68	16.65	27.62	303.08		0.20	0.12	32.90				21.77	38.23	99.52	1.62			
		Итого:	655	22.98	28.07	78.91	708.07	19.50	0.39	0.25	92.76	8.06			107.15	74.54	219.68	6.24		
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																				
14730	Салат из моркови с яблоками и сахаром	60	0.65	0.11	5.37	25.13		0.03	0.03	3.95	0.21			14.89	18.63	26.62	0.69			
13882	Десерт фруктовый (банан)	100	1.56	0.52	21.84	98.28		0.04	0.05	10.40	1.56	1.56	2.08	8.32	43.68	29.12	0.62			
15941	Пудинг из творога Дружба с повидлом	120/20	10.46	5.19	21.48	186.36	30.00	0.01	0.06					10.72	3.04	25.36	3.28			
392/2014 Дели Плюс	12824	Чай с сахаром	180			9.98	39.92								0.30			0.03		
15958	Печенье сдобное по-домашнему	24	1.65	6.30	13.50	117.30														
		Итого:	504	14.32	12.12	72.17	466.99	30.00	0.08	0.14	14.35	2.84	1.56	2.08	34.24	65.36	81.11	4.62		
		Итого:	1761	46.08	51.13	213.72	1 611.99	106.66	0.63	0.65	109.01	10.99	1.56	2.08	333.11	164.27	453.84	12.36		
Четверг																				
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																				
14884	Батон с маслом и сыром	30/5	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			
14944	Суп молочный геркулесовый	200	5.55	6.67	15.62	144.75	36.00	0.11	0.22	1.82	0.21			174.77	35.08	165.96	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:	420	10.62	14.43	80.26	0.17		0.34	2.57	0.26			292.80	48.47	261.96	1.08			
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																				

15722	Печенье Овсяное	23	1,38	4,60	14,49	104,88								
	Итого:	473	20,66	14,64	68,28	487,49	69,60	0,11	0,17	45,08	1,51	0,63	1,40	115,87
	Итого:	1 700	68,38	54,48	236,70	1 754,39	175,02	1,05	0,76	69,37	17,75	0,63	1,40	550,56