

Согласовано

Согласовано
Директор ООО
"ГАММА-плюс"

Солоднев И. П.

Циклическое меню Сад 4-х разовое основное

на период с 22.06.2026г. по 26.06.2026

Сборник рецептур	Код	Наименование	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					ХЕ	
			Выход	Белк	Жир	Углев	Ккал	А	В1	В2	С	Е	Zn	I	Ca	Mg		P
Дели	принт		д	и	ы	о-ды	(мг)	(мг)	(мг)	(мг)	(мг)	(мкг)	(мкг)	(мг)	(мг)	(мг)	(мг)	(мг)
Понедельник																		
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																		
3/2011	1281	Батон с маслом и сыром	20/5	52,72	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	1																	
принт																		
	1460	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	1283	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	
Дели	2																	
плюс																		
		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)																		
	1543	Напиток сывороточный	150	0,05	0,08	14,25	66,00											
	9																	
		Итого:	150	0,05	0,08	14,25	66,00											
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																		
табл.24/1	1369	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	
996	1																	
	1462	Щи из свежей капусты с картофелем	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	

1	на кур.бульоне					8												
1593	Ёжики мясные Вкусные	70	7,70	8,29	6,30	130,6												0,04
5						1												
1505	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,74	6,49	39,63	251,8		0,30	0,14									15,35 ⁹ 138,8 ^{207,2} 4,66
8						6												
1503	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
8																		
1483	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
0																		
1280	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03									18,80 1,56
7																		
1279	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02									5,60 10,80 27,20 0,72
4																		
	Итого:	695	26,67	23,55	86,22	663,5	11,75	0,50	0,27	32,84	27,37							100,81 77,43 18,2 8,20
						2												2 1 2

Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)

14/2011																		
Дели	1329	Салат из свежих помидоров с луком	40	0,46	2,48	1,90	31,73		0,02	0,01	8,31	1,29						14,45 7,66 14,76 0,40
принт	6																	
	1551	Вареники с картофелем с маслом	150/5	6,99	7,80	41,77	265,2	0,02	0,00	0,01		0,02						1,20 1,50 0,01
	3						4											
	1477	Чай без сахара	180	0,12	0,03	0,02	0,85											
	5																	
	1279	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02								5,60 10,80 27,20 0,72
	4																	
	1576	Мармелад в ассортименте	16	0,01	0,02	9,04	36,38											
	4																	
	1309	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
	7																	
		Итого:	491	9,62	10,91	69,62	415,1	0,02	0,09	0,06	16,31	1,79						34,05 25,66 52,26 2,89
							0											
		Итого:	1 746	47,15	48,91	222,87	535,4	96,63	0,72	0,66	51,76	29,47						430,12 38,16 03,0 11,81
							1											7 0 8
							6											

Вторник

Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)

2/2011	1279	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
--------	------	----------------	------	------	------	-------	-------	-------	------	------	--	------	--	--	--	--	--	----------------------

	1279 4	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38	0,05	0,02	0,46	5,60	10,80	27,200,72		
	1280 7	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24	0,07	0,03	2,72	18,80		1,56		
		Итого:	620	22,41	26,29	87,33	723,4 6	8,00	0,24	0,16	60,50	14,93	94,22 5	75,04 204,0 4,61	
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)															
ТТК	1306 6	Десерт фруктовый (банан)	60	0,93	0,31	13,02	58,59	0,02	0,03	6,20	0,25	4,96	26,04	17,360,37	
	1577 2	Салат из моркови с яблоками	40	0,37	2,10	3,46	34,20	0,02	0,02	3,08	1,22	9,16	10,24	14,460,59	
	1594 0	Пудинг из творога Дружба с повидлом	100/2 0	9,06	4,84	21,35	151,4 5	25,00	0,01	0,05	1,06	9,41	2,77	21,442,78	
392/2014 Дели плюс	1282 4	Чай с сахаром	180			9,98	39,92					0,30		0,03	
	1591 4	Печенье тарталетки	22	0,70	2,40	8,30	57,60								
		Итого:	422	11,06	9,65	56,11	341,7 6	25,00	0,05	0,10	9,28	2,52	23,83	39,0553,273,76	
		Итого:	1 609	43,81	48,32	212,80	556,2 8	103,4 2	0,43	0,54	71,71	17,52	353,4 9	138,9429,5 9 1	9,95
Четверг															
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)															
3/2011 Дели принт 94/2014	1281 1	Батон с маслом и сыром	20/5/5	2,72	5,71	10,35	103,6 6	33,26	0,02	0,03	0,04	0,05	49,88	4,39 40,000,30	
Дели плюс	1356 0	Суп молочный с пшеном	200	5,92	6,46	18,84	157,1 6	36,00	0,12	0,22	1,82	0,07	173,2 9	32,91 7	163,9 0,58
	1281 3	Чай с молоком	180	1,60	1,76	10,97	66,09	11,00	0,02	0,08	0,72	66,25	7,70	49,500,08	
		Итого:	410	10,23	13,93	40,16	326,9 1	80,26	0,17	0,33	2,57	0,12	289,4 2	44,99 7	253,4 0,97
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)															
401/2014	1282	Ряженка	150	4,47	3,85	6,47	78,39	30,80	0,03	0,20	0,46	190,92	21,56	141,60,15	

638,1
9 4

9 8 5

Пятница

Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)

3/2011	1281	Батон с маслом и сыром	20/5/52,72	5,71	10,35	103,66	33,260,02	0,03	0,04	0,05	49,884,39	40,000,30	
Дели принт	1												
	1565	Каша молочная пшеничная жидкая с сахаром и маслом	200/5/2	5,14	4,92	23,45	158,61	28,160,10	0,17	1,31	0,02	130,69	14,1891,551,07
395/2014	1283	Кофейный напиток с молоком	180	2,79	2,89	16,79	104,29	18,000,04	0,14	1,17	108,30	12,6081,000,12	
Дели плюс	2												
		Итого:	417	10,65	13,51	150,59	366,56	79,420,16	0,34	2,52	0,07	288,87	31,165 212,5 1,49

Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)

	1592	Коктейль мол.Милкшейк	150	4,28	2,30	17,14	106,38					
	4											
		Итого:	150	4,28	2,30	17,14	106,38					

Обед 1 (с 3 до 7 лет)

	1483	Суп из овощей на кур.бульоне	200	5,15	6,44	9,32	115,82	7,50	0,09	0,08	18,279,10	33,0022,8777,001,00	
	5												
	1473	Шницель рубленный из птицы	60	5,89	7,01	19,19	163,47	3,12	0,05	0,04	0,20	2,04	25,6212,8440,680,81
	8												
	1542	Картофель отварной	130	2,60	4,34	21,19	134,22		0,16	0,09	26,001,83	14,5930,0075,801,18	
	9												
699/2004, ТК436/20 08	1287	Напиток из апельсинов	180	0,18	0,04	7,59	31,44		0,01	0,01	11,880,04	6,91 2,57 4,55 0,08	
	9												
	1279	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46	5,60 10,8027,200,72
	4												
	1280	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		2,72	18,80 1,56
	7												
		Итого:	630	18,26	18,61	82,26	569,57	10,620,42	0,26	56,35	16,19	104,52 79,083 225,2 5,34	

Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)

ТТК	1306	Десерт фруктовый (банан)	60	0,93	0,31	13,02	58,59		0,02	0,03	6,20	0,25	4,96 26,0417,360,37
-----	------	--------------------------	----	------	------	-------	-------	--	------	------	------	------	---------------------

