

Общество с ограниченной ответственностью «ГАММА-плюс»

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель МБУ Детский сад
№ 6 «Солнечный»
Ладина Е.Т. Ладина



ТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «ГАММА-плюс»

Т.В. Солоднева

Примерное циклическое меню для организации питания детей, в возрасте с 3 до 7 лет, посещающих с 12-часовым пребыванием дошкольные образовательные учреждения г.о. Тольятти, в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов питания

РАЗРАБОТЧИКИ:

Зам. директора по производству

А.П. Замотин А.П. Замотин

Технолог О.Г. Филатова О.Г. Филатова

Технолог Е.М. Семенова Е.М. Семенова

Осенне-зимний период

Сборник рецептов	Код	Наименование	Выход	Цена продаж	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					ХЕ		
					Белки	Жиры	Угле-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)																					
3/2014 Де-Ли плюс	15163	Батон с сыром	20/5	6,00	2,68	2,08	10,28	70,61	13,26	0,02	0,02	0,04				48,68	4,39	38,50	0,29		
27/9/2013 КШП	16804	Каша молочная манная жидкая с печеньем	200	13,00	5,30	6,57	25,65	182,89	34,40	0,07	0,18	1,40	0,54			139,44	19,64	118,80	0,47		
3/95/2014 ДеЛи плюс	16813	Кофейный напиток с молоком	180	9,50	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:	405	28,50	10,77	11,54	52,72	357,79	65,66	0,13	0,33	2,61	0,54		296,42	36,63	238,30	0,88	4,39	
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																					
Таб. №24/9	16061	Десерт фруктовый (яблоко)	70	9,00	0,28	0,28	6,86	31,08		0,02	0,01	7,00	0,14			11,20	6,30	7,70	1,54		
			Итого:	70	9,00	0,28	0,28	6,86	31,08		0,02	0,01	7,00	0,14		11,20	6,30	7,70	1,54	0,57	
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																					
таб. 24/9Б	18920	Витаминный стол (лук,чеснок)	5	1,50	0,04	0,01	0,25	1,21		0,00	0,00	0,30	0,01			0,93	0,42	1,74	0,02		
20/14 ДеЛи плюс	15096	Салат из свежей капусты	40	3,50	0,62	0,24	3,76	19,62		0,01	0,02	14,40	0,14			16,29	6,57	11,99	0,22		
147/2004	10355	Суп с макаронными изделиями на кур. бульоне	200	9,50	6,38	8,05	12,25	146,98	9,50	0,05	0,05	2,34	2,06			25,61	10,43	62,17	0,78		
403/9Б	18969	Плов из говядины	30/150	34,50	12,80	14,41	39,99	340,87		0,06	0,04	1,31	3,05			17,70	31,27	88,66	0,80		
6/99/2004	18370	Напиток лимонный	180	5,50	0,13	0,01	21,99	66,60		0,01	0,00	5,76	0,03			6,41	1,73	0,32	0,15		
14304	40	Хлеб ржаной	40	3,50	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		0,56			18,80	19,60	62,80	1,56		
14392	20	Хлеб пшеничный	20	2,00	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46			5,60	10,80	27,20	0,72		
			Итого:	655	60,00	24,41	23,50	103,18	721,90	9,50	0,25	0,15	24,12	6,31		91,34	80,81	254,88	4,25	8,60	
Полдник																					
645/9Б	19111	Ряженка	130	12,00	3,89	3,35	5,63	68,21	26,80	0,03	0,17	0,40				166,16	18,76	123,28	0,13		
47/9/2011 ДеЛи принт	14766	Булочка Молочная	50	4,50	4,05	3,58	24,27	145,46	4,08	0,07	0,05	0,27	1,58			32,19	8,40	49,27	0,44		
			Итого:	180	16,50	7,93	6,93	29,90	213,66	30,88	0,09	0,22	0,67	1,58		198,35	27,16	172,55	0,58	2,49	
Ужин (с 3 до 7 лет)																					
ТТК	18963	Котлета Пожарская	70	26,50	11,80	12,03	10,80	198,64											0,06		
211/2004 ТТК	14457	Овощи тушеные	150	19,00	3,00	3,80	22,19	134,96	18,00	0,16	0,11	29,13	0,35			43,89	40,69	98,52	1,51		
3/92/2014 ДеЛи плюс	14384	Чай с сахаром	180	1,00			9,98	39,92								0,30			0,03		
14392	20	Хлеб пшеничный	20	2,00	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46			5,60	10,80	27,20	0,72		
			Итого:	420	48,50	16,52	16,09	52,01	418,91	18,00	0,21	0,12	29,13	0,81		49,79	51,49	125,78	2,26	4,33	
			Итого:	1 740	162,50	59,92	58,33	244,67	1 743,35	124,04	0,70	0,84	63,52	9,37		647,09	202,39	799,21	9,52	20,39	
Вторник																					
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																					
3/11 ДеЛи принт	14615	Батон с маслом и сыром	20/5/5	9,50	2,77	5,77	10,35	104,37	33,78	0,02	0,03	0,04	0,05			51,64	4,46	41,00	0,30		
215/2014	12305	Омлет натуральный	100	22,50	10,51	13,21	1,92	168,61	190,03	0,07	0,38	0,37	10,51	1,70		76,91	13,08	172,83	1,94		
3/94/2014 ДеЛи плюс	14414	Чай с молоком	180	8,50	2,67	2,94	14,30	94,38	18,40	0,04	0,14	1,20				110,70	12,88	82,80	0,12		
			Итого:	310	40,50	15,96	21,92	26,57	367,37	242,21	0,13	0,55	1,60	10,56	10,51	1,70	239,25	30,42	296,63	2,37	2,21
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																					
ТТК	19117	Сок	130	7,50	0,65	0,13	13,13	56,29		0,01	0,01	2,60	0,13			9,10	5,20	9,10	1,82		
			Итого:	130	7,50	0,65	0,13	13,13	56,29		0,01	0,01	2,60	0,13		9,10	5,20	9,10	1,82	1,09	
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																					
33/2011 ДеЛи принт	14769	Салат из свеклы	40	3,00	0,60	2,44	3,52	38,42		0,01	0,02	4,00	1,11			14,80	8,80	17,25	0,56		
134/2004	18322	Суп крестьянский с крупой на кур.	200	13,00	5,97	7,76	11,25	138,71	8,80	0,07	0,07	17,23	1,97			44,26	22,06	95,13	1,05		
244/2014 ДеЛи плюс	15800	Рыба минтай припущенная с овощами	60/5	13,00	6,77	4,01	1,95	71,03	20,00	0,06	0,07	1,45	0,15			25,71	9,85	16,64	0,53		
321/2014 ДеЛи плюс	14477	Картофельное пюре	150	18,00	3,30	5,11	22,10	147,59	25,94	0,16	0,13	25,97	0,18			48,06	33,16	98,46	1,23		
ТТК	11691	Компот из ягод замороженной	180	6,00	0,22	0,09	23,13	94,21		0,01	0,01	43,20	0,22			8,42	6,70	7,13	0,35		
14392	20	Хлеб пшеничный	20	2,00	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46			5,60	10,80	27,20	0,72		
ПП	14654	Хлеб ржаной	30	2,50	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42			14,10	14,70	47,10	1,17		

		Итого:	685	57,50	20,62	20,07	82,93	594,76	54,74	0,41	0,34	91,84	4,51			160,95	106,06	308,90	5,61	6,91
Полдник																				
401/2014	19084	Снежок	130	14,00	3,62	3,35	14,47	102,51	26,80	0,04	0,17	1,21				162,14	20,10	125,96	0,13	
ТТК	18897	Печенье Сахарное 1шт.	20	2,50	1,50	1,96	14,88	83,16												
		Итого:	150	16,50	5,12	5,31	29,35	185,67	26,80	0,04	0,17	1,21				162,14	20,10	125,96	0,13	2,46
Ужин (с 3 до 7 лет)																				
282/2011	18072	Биточки рубленные (мясо птицы,говядина)	60	25,00	7,81	10,90	9,44	167,11	2,80	0,05	0,04	0,18	2,05			23,75	12,73	39,51	0,81	
Дели плюс	314/Дели	Каша пшеничная вязкая	150	5,50	3,20	4,13	18,74	124,93	0,02	0,08	0,03		3,20			12,25	16,50	73,34	1,22	
Дели плюс	ТТК	Чай яблочный	180	3,50	0,05	0,05	12,04	48,83		0,00	0,00	1,29	0,03			2,38	1,16	1,42	0,32	
ТТК	18895	Конфеты Му Муйка 1шт.	14	3,50	0,35	1,26	10,90	56,34												
ТТК	14398	Хлеб пшеничный	25	2,50	2,15	0,33	11,30	56,73		0,06	0,02		0,58			7,00	13,50	34,00	0,90	
		Итого:	429	40,00	13,56	16,67	62,42	453,94	2,82	0,19	0,09	1,47	5,85			45,39	43,89	148,27	3,25	5,20
		Итого:	1 704	162,00	55,89	64,10	214,40	1 658,03	326,57	0,79	1,16	98,72	21,05	10,51	1,70	616,83	205,66	888,86	13,18	17,87

Четверг

Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																					
3/2014 Де	15163	Батон с сыром	20/5	6,00	2,88	2,08	10,28	70,61	13,26	0,02	0,02	0,04				48,68	4,39	38,50	0,29		
Дели плюс	93/2014	Суп молочный с макаронными изделиями	200	13,50	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		
Дели плюс	394/2014	Чай с молоком	180	8,50	2,67	2,94	14,30	94,38	18,40	0,04	0,14	1,20				110,70	12,88	82,80	0,12		
		Итого:	405	28,00	11,19	11,17	44,07	321,51	67,66	0,14	0,38	3,05	0,26			330,95	39,43	261,82	0,82	3,67	
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																					
ТТК	19117	Сок	130	8,50	0,65	0,13	13,13	56,29		0,01	0,01	2,60	0,13			9,10	5,20	9,10	1,82		
		Итого:	130	8,50	0,65	0,13	13,13	56,29		0,01	0,01	2,60	0,13			9,10	5,20	9,10	1,82	1,09	
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																					
25/2004	14723	Салат "Степной"	40	4,50	0,65	1,58	3,40	30,39		0,03	0,02	3,92	0,74			10,25	8,58	19,88	0,30		
	17734	Щи из свежей капусты с картофелем на квц бульоне С	200	14,00	5,29	7,38	7,61	118,04	8,00	0,07	0,07	25,67	1,91			47,78	22,65	74,12	1,03		
ТТК	19000	Фрикадельки из говядины	70	31,50	12,73	10,81	8,00	180,15				0,68						0,05			
Дели плюс	314/2014	Каша гречневая вязкая	130	8,00	4,01	4,34	18,06	127,33	18,20	0,14	0,07		0,30			8,55	63,12	95,54	2,13		
Дели плюс	372/2014	Компот из яблок	180	7,00	0,16	0,16	21,97	90,02		0,01	0,01	4,09	0,08			7,08	3,68	4,50	0,95		
Дели плюс	14392	Хлеб пшеничный	20	2,00	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46			5,60	10,80	27,20	0,72		
	14394	Хлеб ржаной	40	3,50	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		0,56			18,80	19,60	62,80	1,56		
		Итого:	680	70,50	27,28	25,05	84,00	670,54	26,20	0,37	0,22	34,36	4,05			98,07	128,44	284,10	6,69	7,00	
Полдник																					
645/96	19113	Ацидофилин	130	12,50	4,20	1,40	5,60	51,80													
ТТК	15106	Пряники в асс. 1шт	23	4,00	0,90	0,60	16,30	74,20													
		Итого:	153	16,50	5,10	2,00	21,90	126,00													1,83
Ужин (с 3 до 7 лет)																					
Дели плюс	261/2014	Тефтели рыбные из горбуши с соусом	50/30	18,50	11,00	6,31	8,53	134,92	23,48	0,12	0,11	0,60	1,05			36,75	21,35	121,85	0,68		
Дели плюс	476/2013	Картофель запеченный с растительным маслом	130	15,00	3,78	13,79	30,77	262,32		0,23	0,13	37,76	5,98			22,08	43,61	110,41	1,72		
Дели плюс	ТТК	Чай ягодный	180	3,50	0,12	0,05	11,85	48,33		0,00	0,00	24,00	0,08			4,65	3,72	3,96	0,19		
Дели плюс	14392	Хлеб пшеничный	20	2,00	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46			5,60	10,80	27,20	0,72		
		Итого:	410	39,00	16,61	20,42	60,19	490,95	23,48	0,40	0,26	62,36	7,58			69,08	79,48	263,42	3,31	5,02	
		Итого:	1 778	162,50	60,83	68,76	223,29	1 665,30	117,34	0,92	0,87	102,37	12,02			507,19	252,54	818,43	12,64	18,61	

Пятница

Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																				
Дели плюс	2/2011	Батон с маслом	20/5	6,00	1,54	4,21	10,35	85,39	20,00	0,02	0,01		0,05			5,00	2,60	14,50	0,25	
Дели плюс	185/2014	Каша молочная ячневая жидкая с сахаром и маслом	200/5/5	13,00	4,89	7,03	22,76	173,92	39,68	0,09	0,17	1,28	0,35			137,27	23,89	159,04	0,50	
Дели плюс	397/2014	Какао с молоком	180	10,50	3,68	3,82	15,35	110,50	22,44	0,05	0,17	1,43	0,01			134,88	23,90	112,10	0,58	
		Итого:	415	29,50	10,11	15,06	48,46	369,80	82,12	0,16	0,35	2,71	0,41			277,13	50,39	285,64	1,33	4,04
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																				
Таб. №24/9	8074	Десерт фруктовый (яблоко)	75	9,50	0,30	0,30	7,35	33,30		0,02	0,02	7,50	0,30			12,00	6,75	8,25	1,65	
		Итого:	75	9,50	0,30	0,30	7,35	33,30		0,02	0,02	7,50	0,30			12,00	6,75	8,25	1,65	0,61
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																				
Таб. 24/96	15994	Икра кабачковая (консерв)	30	5,00	0,63	2,84	2,71	38,92												
132/96	17788	Суп из овощей на курином бульоне	200	14,00	5,15	6,44	9,32	115,82	7,50	0,09	0,08	18,27	1,54			33,00	22,87	77,00	1,00	

291/2014	18990	Запеканка картофельная с мясом	180	40,50	13,21	11,16	26,59	259,64		0,18	0,11	29,71	2,65			18,65	36,64	64,06	1,56
619/2004.1	14873	Напиток из апельсинов	180	5,50	0,18	0,04	23,16	93,71		0,01	0,01	11,88	0,04			7,38	2,57	4,55	0,12
1636/2008																			
ТТК	14308	Хлеб пшеничный	25	2,50	2,15	0,33	11,30	56,73		0,06	0,02		0,58			7,00	13,50	34,00	0,90
	14304	Хлеб ржаной	40	3,50	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		0,56			18,80	19,60	62,80	1,56
Итого:			625	71,00	24,03	21,32	89,00	644,06	7,50	0,41	0,24	59,86	5,36		84,83	95,18	273,01	5,14	7,42

Полдник

401/2021	19085	Кефир	130	12,00	3,89	3,35	5,36	67,13	26,80	0,05	0,23	0,94				1,61	18,76	120,60	0,13	
469/2014	15302	Булочка домашняя	50	5,00	4,23	7,00	31,44	205,65	5,20	0,07	0,04	0,18	3,18			24,92	7,69	44,88	0,70	
Дети плюс																				
Итого:			180	17,00	8,11	10,35	36,80	272,79	32,00	0,12	0,27	1,12	3,18			26,52	26,45	165,48	0,83	3,07

Ужин (с 3 до 7 лет)

41/2011	14521	Салат из моркови с сахаром	60	4,00	0,75	0,06	6,97	31,39		0,03	0,04	2,88	0,23			15,64	21,89	31,68	0,41	
Дети плюс																				
229/2014	16344	Вареники ленивые отварные с молоком сгущ.	100/20	30,50	20,10	4,81	27,29	232,67	14,25	0,03	0,06	0,20	0,20			71,27	9,38	66,88	1,62	
392/2014	14384	Чай с сахаром	180	1,00			9,98	39,92								0,30			0,03	
Дети плюс																				
Итого:			360	35,50	20,85	4,87	44,24	304,18	14,25	0,07	0,10	3,08	0,43			87,22	31,27	98,56	2,07	3,69
Итого:			1 655	162,50	63,41	51,90	225,84	1 624,13	135,87	0,78	0,98	74,27	9,68			487,70	210,04	830,93	11,01	18,82

Сборник рецептов	Код	Наименование	Выход	Цена продаж	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					ХЕ		
					Белки	Жиры	Угле-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)																					
3/2014 Де-Ли плюс	15163	Батон с сыром	20/5	6,00	2,68	2,08	10,28	70,61	13,26	0,02	0,02	0,04				48,68	4,39	38,50	0,29		
279/2013 КШП	16804	Каша молочная манная жидкая с печеньем	200	13,00	5,30	6,57	25,65	182,89	34,40	0,07	0,18	1,40	0,54			139,44	19,64	118,80	0,47		
395/2014 ДеЛи плюс	16813	Кофейный напиток с молоком	180	9,50	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:	405	28,50	10,77	11,54	52,72	357,79	65,66	0,13	0,33	2,61	0,54		296,42	36,63	238,30	0,88	4,39	
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																					
Таб №24/9	16061	Десерт фруктовый (яблоко)	70	9,00	0,28	0,28	6,86	31,08		0,02	0,01	7,00	0,14			11,20	6,30	7,70	1,54		
			Итого:	70	9,00	0,28	0,28	6,86	31,08		0,02	0,01	7,00	0,14		11,20	6,30	7,70	1,54	0,57	
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																					
таб. 24/9Б	18920	Витаминный стол (лук,чеснок)	5	1,50	0,04	0,01	0,25	1,21		0,00	0,00	0,30	0,01			0,93	0,42	1,74	0,02		
20/14 ДеЛи плюс	15096	Салат из свежей капусты	40	3,50	0,62	0,24	3,76	19,62		0,01	0,02	14,40	0,14			16,29	6,57	11,99	0,22		
147/2004	10355	Суп с макаронными изделиями на кур. бульоне	200	9,50	6,38	8,05	12,25	146,98	9,50	0,05	0,05	2,34	2,06			25,61	10,43	62,17	0,78		
403/9Б	18969	Плов из говядины	30/150	34,50	12,80	14,41	39,99	340,87		0,06	0,04	1,31	3,05			17,70	31,27	88,66	0,80		
699/2004	18370	Напиток лимонный	180	5,50	0,13	0,01	21,99	66,60		0,01	0,00	5,76	0,03			6,41	1,73	0,32	0,15		
14304	14304	Хлеб ржаной	40	3,50	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		0,56			18,80	19,60	62,80	1,56		
14392	14392	Хлеб пшеничный	20	2,00	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46			5,60	10,80	27,20	0,72		
			Итого:	655	60,00	24,41	23,50	103,18	721,90	9,50	0,25	0,15	24,12	6,31		91,34	80,81	254,88	4,25	8,60	
Полдник																					
645/9Б	19111	Ряженка	130	12,00	3,89	3,35	5,63	68,21	26,80	0,03	0,17	0,40				166,16	18,76	123,28	0,13		
479/2011 ДеЛи принт	14766	Булочка Молочная	50	4,50	4,05	3,58	24,27	145,46	4,08	0,07	0,05	0,27	1,58			32,19	8,40	49,27	0,44		
			Итого:	180	16,50	7,93	6,93	29,90	213,66	30,88	0,09	0,22	0,67	1,58		198,35	27,16	172,55	0,58	2,49	
Ужин (с 3 до 7 лет)																					
ТТК	18963	Котлета Пожарская	70	26,50	11,80	12,03	10,80	198,64											0,06		
211/2004 ТТК	14457	Овощи тушеные	150	19,00	3,00	3,80	22,19	134,96	18,00	0,16	0,11	29,13	0,35			43,89	40,69	98,52	1,51		
392/2014 ДеЛи плюс	14384	Чай с сахаром	180	1,00			9,98	39,92								0,30			0,03		
14392	14392	Хлеб пшеничный	20	2,00	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46			5,60	10,80	27,20	0,72		
			Итого:	420	48,50	16,52	16,09	52,01	418,91	18,00	0,21	0,12	29,13	0,81		49,79	51,49	125,78	2,26	4,33	
			Итого:	1 740	162,50	59,92	58,33	244,67	1 743,35	124,04	0,70	0,84	63,52	9,37		647,09	202,39	799,21	9,52	20,39	
Вторник																					
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																					
3/11 ДеЛи принт	14615	Батон с маслом и сыром	20/5/5	9,50	2,77	5,77	10,35	104,37	33,78	0,02	0,03	0,04	0,05			51,64	4,46	41,00	0,30		
215/2014	12305	Омлет натуральный	100	22,50	10,51	13,21	1,92	168,61	190,03	0,07	0,38	0,37	10,51	1,70		76,91	13,08	172,83	1,94		
394/2014 ДеЛи плюс	14414	Чай с молоком	180	8,50	2,67	2,94	14,30	94,38	18,40	0,04	0,14	1,20				110,70	12,88	82,80	0,12		
			Итого:	310	40,50	15,96	21,92	26,57	367,37	242,21	0,13	0,55	1,60	10,56	10,51	1,70	239,25	30,42	296,63	2,37	2,21
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																					
ТТК	19117	Сок	130	7,50	0,65	0,13	13,13	56,29		0,01	0,01	2,60	0,13			9,10	5,20	9,10	1,82		
			Итого:	130	7,50	0,65	0,13	13,13	56,29		0,01	0,01	2,60	0,13		9,10	5,20	9,10	1,82	1,09	
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																					
33/2011 ДеЛи принт	14769	Салат из свеклы	40	3,00	0,60	2,44	3,52	38,42		0,01	0,02	4,00	1,11			14,80	8,80	17,25	0,56		
134/2004	18322	Суп крестьянский с крупой на кур.	200	13,00	5,97	7,76	11,25	138,71	8,80	0,07	0,07	17,23	1,97			44,26	22,06	95,13	1,05		
244/2014 ДеЛи плюс	15800	Рыба минтай припущенная с овощами	60/5	13,00	6,77	4,01	1,95	71,03	20,00	0,06	0,07	1,45	0,15			25,71	9,85	16,64	0,53		
321/2014 ДеЛи плюс	14477	Картофельное пюре	150	18,00	3,30	5,11	22,10	147,59	25,94	0,16	0,13	25,97	0,18			48,06	33,16	98,46	1,23		
ТТК	11691	Компот из ягод замороженной	180	6,00	0,22	0,09	23,13	94,21		0,01	0,01	43,20	0,22			8,42	6,70	7,13	0,35		
14392	14392	Хлеб пшеничный	20	2,00	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46			5,60	10,80	27,20	0,72		
ПП	14654	Хлеб ржаной	30	2,50	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42			14,10	14,70	47,10	1,17		

		Итого:	685	57,50	20,62	20,07	82,93	594,76	54,74	0,41	0,34	91,84	4,51			160,95	106,06	308,90	5,61	6,91
Полдник																				
401/2014	19084	Снежок	130	14,00	3,62	3,35	14,47	102,51	26,80	0,04	0,17	1,21				162,14	20,10	125,96	0,13	
ТТК	18897	Печенье Сахарное 1шт.	20	2,50	1,50	1,96	14,88	83,16												
		Итого:	150	16,50	5,12	5,31	29,35	185,67	26,80	0,04	0,17	1,21				162,14	20,10	125,96	0,13	2,46
Ужин (с 3 до 7 лет)																				
282/2011	18072	Биточки рубленные (мясо птицы,говядина)	60	25,00	7,81	10,90	9,44	167,11	2,80	0,05	0,04	0,18	2,05			23,75	12,73	39,51	0,81	
Дели плюс	314/Дели	Каша пшеничная вязкая	150	5,50	3,20	4,13	18,74	124,93	0,02	0,08	0,03		3,20			12,25	16,50	73,34	1,22	
Дели плюс	ТТК	Чай яблочный	180	3,50	0,05	0,05	12,04	48,83		0,00	0,00	1,29	0,03			2,38	1,16	1,42	0,32	
ТТК	18895	Конфеты Му Муйка 1шт.	14	3,50	0,35	1,26	10,90	56,34												
ТТК	14398	Хлеб пшеничный	25	2,50	2,15	0,33	11,30	56,73		0,06	0,02		0,58			7,00	13,50	34,00	0,90	
		Итого:	429	40,00	13,56	16,67	62,42	453,94	2,82	0,19	0,09	1,47	5,85			45,39	43,89	148,27	3,25	5,20
		Итого:	1 704	162,00	55,89	64,10	214,40	1 658,03	326,57	0,79	1,16	98,72	21,05	10,51	1,70	616,83	205,66	888,86	13,18	17,87

Четверг

Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																					
3/2014 Де	15163	Батон с сыром	20/5	6,00	2,88	2,08	10,28	70,61	13,26	0,02	0,02	0,04				48,68	4,39	38,50	0,29		
Дели плюс	93/2014	Суп молочный с макаронными изделиями	200	13,50	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		
Дели плюс	394/2014	Чай с молоком	180	8,50	2,67	2,94	14,30	94,38	18,40	0,04	0,14	1,20				110,70	12,88	82,80	0,12		
		Итого:	405	28,00	11,19	11,17	44,07	321,51	67,66	0,14	0,38	3,05	0,26			330,95	39,43	261,82	0,82	3,67	
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																					
ТТК	19117	Сок	130	8,50	0,65	0,13	13,13	56,29		0,01	0,01	2,60	0,13			9,10	5,20	9,10	1,82		
		Итого:	130	8,50	0,65	0,13	13,13	56,29		0,01	0,01	2,60	0,13			9,10	5,20	9,10	1,82	1,09	
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																					
25/2004	14723	Салат "Степной"	40	4,50	0,65	1,58	3,40	30,39		0,03	0,02	3,92	0,74			10,25	8,58	19,88	0,30		
	17734	Щи из свежей капусты с картофелем на квц бульоне С	200	14,00	5,29	7,38	7,61	118,04	8,00	0,07	0,07	25,67	1,91			47,78	22,65	74,12	1,03		
ТТК	19000	Фрикадельки из говядины	70	31,50	12,73	10,81	8,00	180,15				0,68						0,05			
Дели плюс	314/2014	Каша гречневая вязкая	130	8,00	4,01	4,34	18,06	127,33	18,20	0,14	0,07		0,30			8,55	63,12	95,54	2,13		
Дели плюс	372/2014	Компот из яблок	180	7,00	0,16	0,16	21,97	90,02		0,01	0,01	4,09	0,08			7,08	3,68	4,50	0,95		
Дели плюс	14392	Хлеб пшеничный	20	2,00	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46			5,60	10,80	27,20	0,72		
	14394	Хлеб ржаной	40	3,50	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		0,56			18,80	19,60	62,80	1,56		
		Итого:	680	70,50	27,28	25,05	84,00	670,54	26,20	0,37	0,22	34,36	4,05			98,07	128,44	284,10	6,69	7,00	
Полдник																					
645/96	19113	Ацидофилин	130	12,50	4,20	1,40	5,60	51,80													
ТТК	15106	Пряники в асс. 1шт	23	4,00	0,90	0,60	16,30	74,20													
		Итого:	153	16,50	5,10	2,00	21,90	126,00													1,83
Ужин (с 3 до 7 лет)																					
Дели плюс	261/2014	Тефтели рыбные из горбуши с соусом	50/30	18,50	11,00	6,31	8,53	134,92	23,48	0,12	0,11	0,60	1,05			36,75	21,35	121,85	0,68		
Дели плюс	476/2013	Картофель запеченный с растительным маслом	130	15,00	3,78	13,79	30,77	262,32		0,23	0,13	37,76	5,98			22,08	43,61	110,41	1,72		
Дели плюс	ТТК	Чай ягодный	180	3,50	0,12	0,05	11,85	48,33		0,00	0,00	24,00	0,08			4,65	3,72	3,96	0,19		
Дели плюс	14392	Хлеб пшеничный	20	2,00	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46			5,60	10,80	27,20	0,72		
		Итого:	410	39,00	16,61	20,42	60,19	490,95	23,48	0,40	0,26	62,36	7,58			69,08	79,48	263,42	3,31	5,02	
		Итого:	1 778	162,50	60,83	68,76	223,29	1 665,30	117,34	0,92	0,87	102,37	12,02			507,19	252,54	818,43	12,64	18,61	

Пятница

Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																				
Дели плюс	2/2011	Батон с маслом	20/5	6,00	1,54	4,21	10,35	85,39	20,00	0,02	0,01		0,05			5,00	2,60	14,50	0,25	
Дели плюс	185/2014	Каша молочная ячневая жидкая с сахаром и маслом	200/5/5	13,00	4,89	7,03	22,76	173,92	39,68	0,09	0,17	1,28	0,35			137,27	23,89	159,04	0,50	
Дели плюс	397/2014	Какао с молоком	180	10,50	3,68	3,82	15,35	110,50	22,44	0,05	0,17	1,43	0,01			134,88	23,90	112,10	0,58	
		Итого:	415	29,50	10,11	15,06	48,46	369,80	82,12	0,16	0,35	2,71	0,41			277,13	50,39	285,64	1,33	4,04
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																				
Таб. №24/9	8074	Десерт фруктовый (яблоко)	75	9,50	0,30	0,30	7,35	33,30		0,02	0,02	7,50	0,30			12,00	6,75	8,25	1,65	
		Итого:	75	9,50	0,30	0,30	7,35	33,30		0,02	0,02	7,50	0,30			12,00	6,75	8,25	1,65	0,61
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																				
Таб. 24/96	15994	Икра кабачковая (консерв)	30	5,00	0,63	2,84	2,71	38,92												
132/96	17788	Суп из овощей на курином бульоне	200	14,00	5,15	6,44	9,32	115,82	7,50	0,09	0,08	18,27	1,54			33,00	22,87	77,00	1,00	

291/2014	18990	Запеканка картофельная с мясом	150	40,50	13,21	11,16	20,59	259,64		0,18	0,11	29,71	2,65			18,65	36,64	94,00	1,56	
619/2004.1	14873	Напиток из апельсинов	180	5,50	0,18	0,04	23,16	93,71		0,01	0,01	11,88	0,04			7,38	2,57	4,55	0,12	
1636/2008																				
ТТК	14308	Хлеб пшеничный	25	2,50	2,15	0,33	11,30	56,73		0,06	0,02		0,58			7,00	13,50	34,00	0,90	
	14304	Хлеб ржаной	40	3,50	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		0,56			18,80	19,60	62,80	1,56	
Итого:			625	71,00	24,03	21,32	89,00	644,06	7,50	0,41	0,24	59,88	5,36			84,83	95,18	273,01	5,14	7,42

Полдник

401/2021	19085	Кефир	130	12,00	3,89	3,35	5,36	67,13	28,80	0,05	0,23	0,94				1,61	18,76	120,60	0,13	
469/2014	15302	Булочка домашняя	50	5,00	4,23	7,00	31,44	205,65	5,20	0,07	0,04	0,18	3,18			24,92	7,69	44,88	0,70	
Дети 0-6 лет																				
Итого:			180	17,00	8,11	10,35	36,80	272,79	32,00	0,12	0,27	1,12	3,18			26,52	26,45	165,48	0,83	3,07

Ужин (с 3 до 7 лет)

41/2011	14521	Салат из моркови с сахаром	60	4,00	0,75	0,06	6,97	31,39		0,03	0,04	2,88	0,23			15,64	21,89	31,68	0,41	
Дети 0-6 лет																				
229/2014	16344	Вареники ленивые отварные с молоком сгущ.	100/20	30,50	20,10	4,81	27,29	232,87	14,25	0,03	0,06	0,20	0,20			71,27	9,38	66,88	1,62	
392/2014	14384	Чай с сахаром	180	1,00			9,98	39,92								0,30			0,03	
Дети 0-6 лет																				
Итого:			360	35,50	20,85	4,87	44,24	304,18	14,25	0,07	0,10	3,08	0,43			87,22	31,27	98,56	2,07	3,49
Итого:			1 655	162,50	63,41	51,90	225,84	1 624,13	135,87	0,78	0,98	74,27	9,68			487,70	210,04	830,93	11,01	18,82