

Общество с ограниченной ответственностью «ГАММА-плюс»

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель МБДОУ детский сад № 46 «Солнышко»  
Лагуна (С.Т. Лагуна)



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «ГАММА-плюс»

общество с ограниченной ответственностью

ГАММА-ПЛЮС

плюс

Т.В. Солоднева

**Примерное циклическое меню для организации питания детей, в возрасте с 1 до 3 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

Замодичев А.П. Замотин

Технолог Филатова О.Г. Филатова

Технолог Семенова Е.М. Семенова

## Осенне-зимний период

Сборник рецептов	Код	Наименование	Выход	Цена продаж	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					XE	
					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)
<b>Понедельник</b>																				
<b>Завтрак 1 (до 3 лет)</b>																				
3/2014 ДеЛи плюс	18474	Батон с сыром	15/5	5,00	2,29	1,91	7,71	57,17	13,00	0,02	0,02	0,04			46,85	3,70	34,75	0,23		
279/2013 КШП	16805	Каша молочная манная жидкая с печеньем	150	9,50	3,95	4,74	19,06	134,68	24,80	0,05	0,13	1,05	0,40		105,39	14,74	89,00	0,36		
395/2014 ДеЛи плюс	16792	Кофейный напиток с молоком	150	7,50	2,30	2,40	12,23	79,74	15,00	0,03	0,11	0,98			90,21	10,50	67,50	0,10		
<b>Итого:</b>			<b>320</b>	<b>22,00</b>	<b>8,53</b>	<b>9,05</b>	<b>39,00</b>	<b>271,59</b>	<b>52,80</b>	<b>0,10</b>	<b>0,26</b>	<b>2,06</b>	<b>0,40</b>		<b>242,45</b>	<b>28,94</b>	<b>191,25</b>	<b>0,69</b>	<b>3,25</b>	
<b>Завтрак 2 (до 3 лет)</b>																				
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		
<b>Итого:</b>			<b>70</b>	<b>9,00</b>	<b>0,28</b>	<b>0,28</b>	<b>6,86</b>	<b>31,08</b>		<b>0,02</b>	<b>0,01</b>	<b>7,00</b>	<b>0,14</b>		<b>11,20</b>	<b>6,30</b>	<b>7,70</b>	<b>1,54</b>	<b>0,57</b>	
<b>Обед (до 3 лет)</b>																				
Таб. 24/96	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		
89/2011	17189	Суп с макаронными изделиями на кур. бульоне	150	7,50	4,78	5,04	9,19	110,24	7,13	0,04	0,03	1,76	1,54		19,21	7,82	46,63	0,58		
403/96	18968	Плов из говядины	30/100	31,50	11,47	12,14	26,66	261,75		0,04	0,02	0,85	2,04		12,42	20,88	59,23	0,54		
699/2004	18369	Напиток лимонный	150	5,00	0,11	0,01	10,32	73,84		0,00	0,00	4,80	0,02		5,34	1,44	0,26	0,13		
	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		
	14492	Хлеб пшеничный	15	1,50	1,29	0,20	6,78	34,04		0,03	0,01		0,35		4,20	8,10	20,40	0,54		
<b>Итого:</b>			<b>530</b>	<b>54,00</b>	<b>21,04</b>	<b>19,15</b>	<b>80,87</b>	<b>579,93</b>	<b>7,13</b>	<b>0,20</b>	<b>0,12</b>	<b>22,13</b>	<b>4,65</b>		<b>77,18</b>	<b>64,83</b>	<b>203,05</b>	<b>3,59</b>	<b>6,74</b>	
<b>Полдник (до 3 лет)</b>																				
645/96	19111	Ряженка	130	12,00	3,89	3,35	5,63	68,21	26,80	0,03	0,17	0,40			166,16	18,78	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		
<b>Итого:</b>			<b>180</b>	<b>16,50</b>	<b>7,93</b>	<b>6,93</b>	<b>29,90</b>	<b>213,66</b>	<b>30,88</b>	<b>0,09</b>	<b>0,22</b>	<b>0,67</b>	<b>1,58</b>		<b>198,35</b>	<b>27,18</b>	<b>172,55</b>	<b>0,58</b>	<b>2,49</b>	
<b>Ужин (до 3 лет)</b>																				
ТТК	18961	Котлета Пожарская из п/ф 56г	50	20,00	9,30	7,10	8,50	135,10										0,04		
211/2004 ТТК	14463	Овощи тушеные	100	12,50	2,01	2,54	14,86	90,31	12,00	0,11	0,07	19,60	0,23		29,48	26,45	65,96	1,02		
392/2014 ДеЛи плюс	14383	Чай с сахаром	150	1,00			6,99	27,94							0,21			0,02		
	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		
<b>Итого:</b>			<b>320</b>	<b>35,50</b>	<b>13,03</b>	<b>9,90</b>	<b>39,38</b>	<b>298,73</b>	<b>12,00</b>	<b>0,15</b>	<b>0,09</b>	<b>19,60</b>	<b>0,69</b>		<b>35,29</b>	<b>37,25</b>	<b>93,20</b>	<b>1,76</b>	<b>3,28</b>	
<b>Итого:</b>			<b>1 420</b>	<b>137,00</b>	<b>50,81</b>	<b>45,30</b>	<b>196,01</b>	<b>1 394,99</b>	<b>102,81</b>	<b>0,57</b>	<b>0,71</b>	<b>51,46</b>	<b>7,46</b>		<b>564,47</b>	<b>164,49</b>	<b>667,76</b>	<b>8,15</b>	<b>16,33</b>	
<b>Вторник</b>																				
<b>Завтрак 1 (до 3 лет)</b>																				
1/2011 ДеЛи принт	14431	Батон с маслом	15/5	5,50	1,17	4,06	7,78	72,30	20,00	0,02	0,01		0,05		4,05	1,95	11,25	0,19		
215 ДеЛи принт	5582	Омлет натуральный	80	18,00	6,73	12,44	1,45	144,68	0,16	0,04	0,25	0,28	6,73	6,73	220,32	55,77	8,82	113,61	1,24	
394/2014 ДеЛи плюс	14725	Чай с молоком	150	8,00	2,67	2,94	11,31	82,41	18,40	0,04	0,14	1,20			110,61	12,88	82,80	0,11		
<b>Итого:</b>			<b>250</b>	<b>31,50</b>	<b>10,56</b>	<b>19,44</b>	<b>20,54</b>	<b>299,39</b>	<b>38,56</b>	<b>0,09</b>	<b>0,40</b>	<b>1,48</b>	<b>6,78</b>	<b>6,73</b>	<b>220,32</b>	<b>170,43</b>	<b>23,65</b>	<b>207,66</b>	<b>1,54</b>	<b>1,71</b>
<b>Завтрак 2 (до 3 лет)</b>																				
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		
<b>Итого:</b>			<b>130</b>	<b>8,50</b>	<b>0,65</b>	<b>0,13</b>	<b>13,13</b>	<b>56,29</b>		<b>0,01</b>	<b>0,01</b>	<b>2,60</b>	<b>0,13</b>		<b>9,10</b>	<b>5,20</b>	<b>9,10</b>	<b>1,82</b>	<b>1,09</b>	
<b>Обед (до 3 лет)</b>																				
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	18422	Суп крестьянский с крупой на кур.	150	9,50	4,48	5,82	8,43	104,03	6,60	0,05	0,05	12,92	1,47		33,19	16,54	71,35	0,79		
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		
472/96	14478	Картофельное пюре	100	12,00	2,20	3,39	14,72	98,15	17,16	0,11	0,09	17,31	0,12		32,03	22,10	65,61	0,82		
ТТК	8667	Компот из ягод замороженной	150	5,00	0,15	0,06	16,07	65,42			0,01	30,00	0,15		5,85	4,65	4,95	0,24		
	14492	Хлеб пшеничный	15	1,50	1,29	0,20	6,78	34,04		0,03	0,01		0,35		4,20	8,10	20,40	0,54		
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:		550	46,50	17,52	16,30	63,42	470,51	43,76	0,32	0,27	65,68	3,77			129,89	84,74	243,29	4,65	5,29
--------	--	-----	-------	-------	-------	-------	--------	-------	------	------	-------	------	--	--	--------	-------	--------	------	------

**Полдник (до 3 лет)**

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	125,06	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	125,06	0,13	2,45

**Ужин (до 3 лет)**

282/2011	14732	Биточки рубленые (мясо птицы, говядина)	50	21,50	6,52	9,09	7,88	139,42	2,34	0,04	0,03	0,15	1,71		19,72	10,62	32,98	0,58		
Дели плюс	168/14	Каша пшеничная вязкая	100	4,00	2,14	2,78	12,54	83,74	0,01	0,06	0,02		2,14		8,20	11,04	49,07	0,82		
ТТК	16753	Чай яблочный	150	3,00	0,04	0,04	9,99	40,53		0,00	0,00	1,07	0,02		1,98	0,96	1,18	0,26		
ТТК	18895	Конфеты Му Муйка 1шт.	14	3,50	0,35	1,26	10,90	56,34												
	14492	Хлеб пшеничный	15	1,50	1,29	0,20	6,78	34,04			0,03	0,01		0,35	4,20	8,10	20,40	0,54		
Итого:			329	33,50	10,34	13,37	48,10	354,06	2,35	0,14	0,06	1,22	4,21		34,10	30,72	103,62	2,30	4,01	
Итого:			1 409	136,50	44,19	54,56	174,54	1 365,92	111,47	0,60	0,92	72,18	14,89	6,73	220,32	505,65	164,41	689,63	10,45	14,54

**Четверг**

**Завтрак 1 (до 3 лет)**

3/2014	18474	Батон с сыром	15/5	5,00	2,29	1,91	7,71	57,17	13,00	0,02	0,02	0,04			46,85	3,70	34,75	0,23	
Дели плюс	93/2014	Суп молочный с макаронными изделиями	150	10,50	4,38	4,60	14,61	117,39	27,00	0,06	0,16	1,37	0,20		128,68	16,62	105,39	0,30	
Дели плюс	394/2014	Чай с молоком	150	8,00	2,67	2,94	11,31	82,41	18,40	0,04	0,14	1,20			110,61	12,88	82,80	0,11	
Итого:			320	23,50	9,33	9,46	33,63	256,97	58,40	0,12	0,32	2,60	0,20		286,14	33,20	222,94	0,65	2,80

**Завтрак 2 (до 3 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	1,09
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 (до 3 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	6,58	19,88	0,30	
6/7/2011	17198	Щи из свежей капусты с картофелем на квр. бульоне	150	10,50	3,97	5,54	5,71	88,53	6,00	0,05	0,06	19,25	1,43		35,84	16,99	55,59	0,77	
114/96	13257	Фрикадельки из говядины	50	24,00	7,75	9,96	4,35	138,04									0,09		
314/2014	17656	Каша гречневая вязкая	100	6,00	3,08	3,34	13,89	97,94	14,00	0,10	0,05		0,23		6,57	48,55	73,50	1,64	
Дели плюс	372/2014	Компот из яблок	150	6,00	0,14	0,14	18,30	74,98			0,01	0,01	3,40		5,89	3,06	3,74	0,79	
Дели плюс	14492	Хлеб пшеничный	15	1,50	1,29	0,20	6,78	34,04			0,03	0,01		0,35	4,20	8,10	20,40	0,54	
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:			535	55,00	18,91	21,13	64,37	523,34	20,00	0,29	0,17	26,57	3,16		76,85	99,99	220,30	5,21	5,36

**Полдник (до 3 лет)**

645/96	19113	Ацидофилин	130	12,50	4,20	1,40	5,60	51,80											
	16990	Сушка		1,00	0,49	0,50	3,63	21,15											
Итого:			130	13,50	4,69	1,90	9,23	72,95											0,77

**Ужин (до 3 лет)**

261/2014	14764	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	110	13,00	2,48	4,09	20,21	127,60		0,15	0,09	24,80	1,72		14,98	28,67	72,52	1,14	
Дели плюс	15974	Чай ягодный	150	3,00	0,10	0,04	9,81	40,01		0,00	0,00	20,00	0,07		3,87	3,10	3,30	0,16	
ТТК	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:			360	36,50	15,30	10,71	47,59	347,91	23,48	0,32	0,21	45,40	3,30		61,20	63,92	224,86	2,69	3,97
Итого:			1 475	137,00	48,87	43,32	167,95	1 257,46	101,88	0,74	0,72	77,17	6,79		433,29	202,31	677,20	10,37	14,00

**Пятница**

**Завтрак 1 (до 3 лет)**

1/2011	14431	Батон с маслом	15/5	5,50	1,17	4,06	7,78	72,30	20,00	0,02	0,01		0,06		4,05	1,95	11,25	0,19	
Дели плюс	185/2014	Каша молочная ячневая жидкая с сахаром и маслом	150/5/5	10,50	3,68	6,18	18,33	143,69	34,76	0,07	0,13	0,96	0,28		103,29	17,91	119,65	0,38	
Дели плюс	397/2014	Какао с молоком	150	9,00	3,15	3,24	12,51	91,86	18,84	0,04	0,14	1,20	0,01		113,20	21,38	95,90	0,56	
Дели плюс																			
Итого:			330	25,00	8,00	13,49	38,62	307,85	73,60	0,13	0,28	2,16	0,33		220,54	41,24	226,80	1,13	3,22

**Завтрак 2 (до 3 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 (до 3 лет)**

Таб.24/94/	7729	Огурец солёный	15	2,00	0,13	0,02	0,28	1,82		0,00	0,00	0,83	0,13			3,83	2,33	4,00	0,10	
132/96	17207	Суп из овощей на кур бульоне	150	10,50	3,86	4,83	6,97	86,80	5,63	0,07	0,06	13,70	1,15			24,75	17,15	57,75	0,75	
291/2014	18995	Запеканка картофельная с мясом	120	33,00	10,57	8,92	21,27	207,63		0,15	0,08	23,80	1,66			14,78	29,15	75,27	1,23	
699/2004, Т	14871	Напиток из апельсинов	150	4,50	0,15	0,03	19,30	78,09		0,01	0,00	9,90	0,03			6,15	2,15	3,80	0,10	
144/92		Хлеб пшеничный	15	1,50	1,29	0,20	6,78	34,04		0,03	0,01		0,35			4,20	8,10	20,40	0,54	
П/1	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:			480	64,00	19,04	14,39	66,55	467,61	5,63	0,31	0,19	48,23	3,74			67,81	73,58	208,31	3,89	5,55
<b>Полдник (до 3 лет)</b>																				
401/2021	19085	Кефир	130	12,00	3,89	3,35	5,36	67,13	26,80	0,05	0,23	0,94				1,81	18,76	120,60	0,13	
469/2011	14778	Булочка домашняя	30	3,00	2,53	4,60	18,90	127,10	3,14	0,04	0,02	0,11	2,08			15,18	4,51	26,88	0,42	
Итого:			160	15,00	6,41	7,95	24,26	194,24	29,94	0,09	0,25	1,05	2,08			16,79	23,37	147,48	0,55	2,02
<b>Ужин (до 3 лет)</b>																				
41/2011	14510	Салат из моркови с сахаром	40	2,50	0,50	0,04	4,65	20,92		0,02	0,03	1,92	0,15			10,43	14,59	21,12	0,27	
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	14383	Чай с сахаром	150	1,00			6,99	27,94								0,21			0,02	
Итого:			310	34,00	20,60	4,85	38,92	281,74	14,25	0,06	0,09	2,12	0,35			81,91	23,98	88,00	1,92	3,24
Итого:			1 350	137,00	83,33	40,96	175,20	1 282,72	123,42	0,61	0,82	60,56	6,65			398,25	168,47	678,29	9,03	14,60



Сборник рецептов	Код	Наименование	Выход	Цена продаж	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					ХЕ
					Белки	Жиры	Угле-ды	Ккал	А (мг)	В1 (мг)	В2 (мг)	С (мг)	Е (мг)	Зл (мкг)	І (мкг)	Са (мг)	Mg (мг)	P (мг)	

**Понедельник**

**Завтрак 1 (до 3 лет)**

3/2014 ДеЛи плюс	18474	Батон с сыром	15/5	5,00	2,29	1,91	7,71	57,17		13,00	0,02	0,02	0,04				46,85	3,70	34,75	0,23	
27/9/2013 КШП	16805	Каша молочная манная жидкая с печеньем	150	9,50	3,95	4,74	19,06	134,68		24,80	0,05	0,13	1,05	0,40			105,39	14,74	89,00	0,36	
3/9/2014 ДеЛи плюс	16792	Кофейный напиток с молоком	150	7,50	2,30	2,40	12,23	79,74		15,00	0,03	0,11	0,98				90,21	10,50	67,50	0,10	
<b>Итого:</b>			<b>320</b>	<b>22,00</b>	<b>8,53</b>	<b>9,05</b>	<b>39,00</b>	<b>271,59</b>		<b>52,80</b>	<b>0,10</b>	<b>0,26</b>	<b>2,06</b>	<b>0,40</b>			<b>242,45</b>	<b>28,94</b>	<b>191,25</b>	<b>0,69</b>	<b>3,25</b>

**Завтрак 2 (до 3 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	
<b>Итого:</b>			<b>70</b>	<b>9,00</b>	<b>0,28</b>	<b>0,28</b>	<b>6,86</b>	<b>31,08</b>			<b>0,02</b>	<b>0,01</b>	<b>7,00</b>	<b>0,14</b>			<b>11,20</b>	<b>6,30</b>	<b>7,70</b>	<b>1,54</b>	<b>0,57</b>

**Обед (до 3 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	
8/9/2011	17189	Суп с макаронными изделиями на куб. бульоне	150	7,50	4,78	6,04	9,19	110,24		7,13	0,04	0,03	1,76	1,54			19,21	7,82	46,63	0,58	
403/9б	18968	Глов из говядины	30/100	31,50	11,47	12,14	26,66	261,75			0,04	0,02	0,85	2,04			12,42	20,88	59,23	0,54	
6/9/2004	18369	Напиток лимонный	150	5,00	0,11	0,01	10,32	73,84			0,00	0,00	4,80	0,02			5,34	1,44	0,26	0,13	
	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	
	14492	Хлеб пшеничный	15	1,50	1,29	0,20	6,78	34,04			0,03	0,01		0,35			4,20	8,10	20,40	0,54	
<b>Итого:</b>			<b>530</b>	<b>54,00</b>	<b>21,04</b>	<b>19,15</b>	<b>80,87</b>	<b>579,93</b>		<b>7,13</b>	<b>0,20</b>	<b>0,12</b>	<b>22,13</b>	<b>4,65</b>			<b>77,18</b>	<b>64,83</b>	<b>203,05</b>	<b>3,59</b>	<b>6,74</b>

**Полдник (до 3 лет)**

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	18,78	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	
<b>Итого:</b>			<b>180</b>	<b>16,50</b>	<b>7,93</b>	<b>6,93</b>	<b>29,90</b>	<b>213,66</b>		<b>30,88</b>	<b>0,09</b>	<b>0,22</b>	<b>0,67</b>	<b>1,58</b>			<b>198,35</b>	<b>27,18</b>	<b>172,55</b>	<b>0,58</b>	<b>2,49</b>

**Ужин (до 3 лет)**

ТТК	18961	Котлета Пожарская из п/ф 5бг	50	20,00	9,30	7,10	8,50	135,10												0,04	
211/2004 ТТК	14463	Овощи тушеные	100	12,50	2,01	2,54	14,86	90,31		12,00	0,11	0,07	19,60	0,23			29,48	26,45	65,96	1,02	
3/9/2014 ДеЛи плюс	14383	Чай с сахаром	150	1,00			6,99	27,94									0,21			0,02	
	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	
<b>Итого:</b>			<b>320</b>	<b>35,50</b>	<b>13,03</b>	<b>9,90</b>	<b>39,38</b>	<b>298,73</b>		<b>12,00</b>	<b>0,15</b>	<b>0,09</b>	<b>19,60</b>	<b>0,69</b>			<b>35,29</b>	<b>37,25</b>	<b>93,20</b>	<b>1,76</b>	<b>3,28</b>
<b>Итого:</b>			<b>1 420</b>	<b>137,00</b>	<b>50,81</b>	<b>45,30</b>	<b>196,01</b>	<b>1 394,99</b>		<b>102,81</b>	<b>0,57</b>	<b>0,71</b>	<b>51,46</b>	<b>7,46</b>			<b>564,47</b>	<b>164,49</b>	<b>667,76</b>	<b>8,15</b>	<b>16,33</b>

**Вторник**

**Завтрак 1 (до 3 лет)**

1/2011 ДеЛи принт	14431	Батон с маслом	15/5	5,50	1,17	4,06	7,78	72,30		20,00	0,02	0,01		0,05			4,05	1,95	11,25	0,19	
215 ДеЛи принт	5582	Омлет натуральный	80	18,00	6,73	12,44	1,45	144,68		0,16	0,04	0,25	0,28	6,73	6,73	220,32	55,77	8,82	113,61	1,24	
3/9/2014 ДеЛи плюс	14725	Чай с молоком	150	8,00	2,67	2,94	11,31	82,41		18,40	0,04	0,14	1,20				110,61	12,88	82,80	0,11	
<b>Итого:</b>			<b>250</b>	<b>31,50</b>	<b>10,56</b>	<b>19,44</b>	<b>20,54</b>	<b>299,39</b>		<b>38,56</b>	<b>0,09</b>	<b>0,40</b>	<b>1,48</b>	<b>6,78</b>	<b>6,73</b>	<b>220,32</b>	<b>170,43</b>	<b>23,65</b>	<b>207,66</b>	<b>1,54</b>	<b>1,71</b>

**Завтрак 2 (до 3 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	
<b>Итого:</b>			<b>130</b>	<b>8,50</b>	<b>0,65</b>	<b>0,13</b>	<b>13,13</b>	<b>56,29</b>			<b>0,01</b>	<b>0,01</b>	<b>2,60</b>	<b>0,13</b>			<b>9,10</b>	<b>5,20</b>	<b>9,10</b>	<b>1,82</b>	<b>1,09</b>

**Обед (до 3 лет)**

33/2011 ДеЛи принт	14789	Салат из свеклы	40	3,00	0,60	2,44	3,82	38,42			0,01	0,02	4,00	1,11			14,80	8,80	17,25	0,56
134/2004	18422	Суп крестьянский с крупой на кур.	150	9,50	4,48	5,82	8,43	104,03		6,60	0,05	0,05	12,92	1,47			33,19	16,54	71,35	0,79
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
472/9б	14478	Картофельное пюре	100	12,00	2,20	3,39	14,72	98,15		17,16	0,11	0,09	17,31	0,12			32,03	22,10	65,61	0,82
ТТК	8667	Компот из ягод замороженной	150	5,00	0,15	0,06	16,07	65,42				0,01	30,00	0,15			5,85	4,65	4,95	0,24
	14492	Хлеб пшеничный	15	1,50	1,29	0,20	6,78	34,04			0,03	0,01		0,35			4,20	8,10	20,40	0,54
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:		550	46,50	17,52	16,30	63,42	470,51	43,76	0,32	0,27	65,68	3,77			129,89	84,74	243,29	4,65	5,29
--------	--	-----	-------	-------	-------	-------	--------	-------	------	------	-------	------	--	--	--------	-------	--------	------	------

**Полдник (до 3 лет)**

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	125,06	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	125,06	0,13	2,45

**Ужин (до 3 лет)**

282/2011	14732	Биточки рубленые (мясо птицы, говядина)	50	21,50	6,52	9,09	7,88	139,42	2,34	0,04	0,03	0,15	1,71		19,72	10,62	32,98	0,58		
Дели плюс	168/14	15078	Каша пшеничная вязкая	100	4,00	2,14	2,78	12,54	83,74	0,01	0,06	0,02	2,14		8,20	11,04	49,07	0,82		
ТТК	16753	Чай яблочный	150	3,00	0,04	0,04	9,99	40,53		0,00	0,00	1,07	0,02		1,98	0,96	1,18	0,26		
ТТК	18895	Конфеты Му Муйка 1шт.	14	3,50	0,35	1,26	10,90	56,34												
	14492	Хлеб пшеничный	15	1,50	1,29	0,20	6,78	34,04			0,03	0,01	0,35		4,20	8,10	20,40	0,54		
Итого:			329	33,50	10,34	13,37	48,10	354,06	2,35	0,14	0,06	1,22	4,21		34,10	30,72	103,62	2,30	4,01	
Итого:			1 409	136,50	44,19	54,56	174,54	1 365,92	111,47	0,60	0,92	72,18	14,89	6,73	220,32	505,65	164,41	689,63	10,45	14,54

**Четверг**

**Завтрак 1 (до 3 лет)**

3/2014	18474	Батон с сыром	15/5	5,00	2,29	1,91	7,71	57,17	13,00	0,02	0,02	0,04			46,85	3,70	34,75	0,23	
Дели плюс	93/2014	16994	Суп молочный с макаронными изделиями	150	10,50	4,38	4,60	14,61	117,39	27,00	0,06	0,16	1,37	0,20	128,68	16,62	105,39	0,30	
Дели плюс	394/2014	14725	Чай с молоком	150	8,00	2,67	2,94	11,31	82,41	18,40	0,04	0,14	1,20		110,61	12,88	82,80	0,11	
Итого:			320	23,50	9,33	9,46	33,63	256,97	58,40	0,12	0,32	2,60	0,20		286,14	33,20	222,94	0,65	2,80

**Завтрак 2 (до 3 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	1,09
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 (до 3 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	6,58	19,88	0,30	
6/7/2011	17198	Щи из свежей капусты с картофелем на квр. бульоне	150	10,50	3,97	5,54	5,71	88,53	6,00	0,05	0,06	19,25	1,43	35,84	16,99	55,59	0,77		
114/96	13257	Фрикадельки из говядины	50	24,00	7,75	9,96	4,35	138,04									0,09		
314/2014	17656	Каша гречневая вязкая	100	6,00	3,08	3,34	13,89	97,94	14,00	0,10	0,05		0,23	6,57	48,55	73,50	1,64		
Дели плюс	372/2014	14389	Компот из яблок	150	6,00	0,14	0,14	18,30	74,98		0,01	0,01	3,40		5,89	3,06	3,74	0,79	
Дели плюс	14492	Хлеб пшеничный	15	1,50	1,29	0,20	6,78	34,04			0,03	0,01	0,35		4,20	8,10	20,40	0,54	
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:			535	55,00	18,91	21,13	64,37	523,34	20,00	0,29	0,17	26,57	3,16		76,85	99,99	220,30	5,21	5,36

**Полдник (до 3 лет)**

645/96	19113	Ацидофилин	130	12,50	4,20	1,40	5,60	51,80											
	16990	Сушка		1,00	0,49	0,50	3,63	21,15											
Итого:			130	13,50	4,69	1,90	9,23	72,95											0,77

**Ужин (до 3 лет)**

261/2014	14764	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	18409	Картофель запеченный с растительным маслом	110	13,00	2,48	4,09	20,21	127,60		0,15	0,09	24,80	1,72	14,98	28,67	72,52	1,14	
ТТК	15974	Чай ягодный	150	3,00	0,10	0,04	9,81	40,01		0,00	0,00	20,00	0,07	3,87	3,10	3,30	0,16		
	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:			360	36,50	15,30	10,71	47,59	347,91	23,48	0,32	0,21	45,40	3,30		61,20	63,92	224,86	2,69	3,97
Итого:			1 475	137,00	48,87	43,32	167,95	1 257,46	101,88	0,74	0,72	77,17	6,79		433,29	202,31	677,20	10,37	14,00

**Пятница**

**Завтрак 1 (до 3 лет)**

1/2011	14431	Батон с маслом	15/5	5,50	1,17	4,06	7,78	72,30	20,00	0,02	0,01		0,06		4,05	1,95	11,25	0,19	
Дели плюс	185/2014	16791	Каша молочная ячневая жидкая с сахаром и маслом	150/5/5	10,50	3,68	6,18	18,33	143,69	34,76	0,07	0,13	0,96	0,28	103,29	17,91	119,65	0,38	
Дели плюс	397/2014	16783	Какао с молоком	150	9,00	3,15	3,24	12,51	91,86	18,84	0,04	0,14	1,20	0,01	113,20	21,38	95,90	0,56	
Итого:			330	25,00	8,00	13,49	38,62	307,85	73,60	0,13	0,28	2,16	0,33		220,54	41,24	226,80	1,13	3,22

**Завтрак 2 (до 3 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 (до 3 лет)**

Таб.24/94/	7726	Огурец соленый	15	2,00	0,13	0,02	0,28	1,82		0,00	0,00	0,83	0,13			3,83	2,33	4,00	0,10
132/96	17207	Суп из овощей на кур бульоне	150	10,50	3,89	4,83	6,97	86,80	5,63	0,07	0,06	13,70	1,15			24,75	17,15	57,75	0,75
291/2014	18995	Запеканка картофельная с мясом	120	33,00	10,57	8,92	21,27	207,63		0,15	0,08	23,60	1,66			14,78	29,15	75,27	1,23
699/2004,7 1436/2008	14871	Напиток из апельсинов	150	4,50	0,15	0,03	19,30	78,09		0,01	0,00	9,90	0,03			6,15	2,15	3,80	0,10
	14492	Хлеб пшеничный	15	1,50	1,29	0,20	6,78	34,04		0,03	0,01		0,35		4,20	8,10	20,40	0,54	
ГП	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:	480	64,00	18,04	14,39	66,55	467,61	5,63	0,31	0,19	48,23	3,74	67,81	73,58	208,31	3,89	5,55
<b>Полдник (до 3 лет)</b>																			
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	
469/2011	14778	Булочка домашняя	30	3,00	2,53	4,60	18,90	127,10	3,14	0,04	0,02	0,11	2,08		15,18	4,51	26,88	0,42	
			Итого:	160	15,00	6,41	7,95	24,26	194,24	29,94	0,09	0,25	1,05	2,08	16,79	23,27	147,48	0,55	2,02
<b>Ужин (до 3 лет)</b>																			
41/2011	14510	Салат из моркови с сахаром	40	2,50	0,50	0,04	4,65	20,92		0,02	0,03	1,92	0,15		10,43	14,59	21,12	0,27	
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	14383	Чай с сахаром	150	1,00			6,99	27,94							0,21			0,02	
			Итого:	310	34,00	20,60	4,85	38,92	281,74	14,25	0,06	0,09	2,12	0,35	81,91	23,98	88,00	1,92	3,24
			Итого:	1 350	137,00	63,33	40,96	175,20	1 282,72	123,42	0,61	0,62	60,56	6,65	398,25	168,47	678,29	9,03	14,60