

Общество с ограниченной ответственностью «ГАММА-плюс»

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель МБДОУ детский сад
№ 146 «Солнечный»
Ладожский (Е.Т. Ладожский)



УТВЕРЖДАЮ:

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

07.07.2025-18.07.2025

РАЗРАБОТЧИКИ:

Зам. директора по производству

А.П. Замотин

Технолог О.Г. Филатова

Технолог Е.М. Семенова

на период с 07.07.2025г. по 11.07.2025

Согласовано _____ / Солодов Е. П. /
 Директор ООО "ГАММА-Общество с ограниченной ответственностью"
 Минеральные вещества

I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)
------------	------------	------------	-----------	------------

Сборник рецептур	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					
				Белки	Жиры	Углево- ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)	
Понедельник																		
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																		
	14884	Батон с маслом и сыром	30/5/5	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	
	15373	Каша молочная Дружба жидкая с сахаром и маслом	200/2	4,80	3,31	35,45	190,79	27,44	0,09	0,16	1,26	0,08		122,42	26,02	128,76	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:	422	9,87	11,07	61,90	386,71	71,70	0,15	0,27	2,01	0,13		240,45	39,40	219,76	0,98	
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)																		
	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	
	15494	Пельмени отварные "МясБери" с курицей, с маслом	150	20,21	13,70	34,40	341,74	8,00	0,00	0,00		0,02		4,16	0,22	1,35	0,03	
№24/94	2523	Помидор свежий	30	0,34	0,06	1,16	6,54		0,02	0,01	7,65	0,34	1,84	4,28	6,12	7,96	0,28	
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:	620	39,45	22,09	79,31	637,84	16,00	0,22	0,14	37,40	24,43	0,34	1,84	87,37	43,47	115,12	4,54
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	
	15134	Салат из свежей капусты	40	0,65	2,04	3,85	36,31		0,01	0,02	15,15	1,54		20,07	7,08	13,24	0,26	
282/2011	15827	Котлета рубленная (говядина,птица)	60	7,81	10,80	9,44	166,21	2,80	0,05	0,04	0,18	2,01		37,00	13,52	42,21	0,92	
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	
458/2011 Дели плюс	13092	Ватрушка с повидлом	50	3,82	2,16	36,73	181,81	8,46	0,06	0,04	0,14	1,07		24,38	7,98	40,78	1,30	
313/2014 Дели плюс	15224	Каша пшеничная вязкая м/раст	150	3,96	5,43	24,66	163,32		0,11	0,04		2,22		14,40		0,10	1,69	
		Итого:	560	18,20	20,94	99,58	659,59	11,26	0,28	0,16	21,47	7,42		111,35	44,78	130,13	6,24	
		Итого:	1 752	58,57	54,18	255,04	1 750,15	98,96	0,65	0,57	60,88	31,98	0,34	1,84	439,17	127,65	465,00	11,76
Вторник																		
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																		
	14884	Батон с маслом и сыром	30/5/5	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	
	15508	Морковь порционная	20	0,27	0,02	1,45	7,08		0,01	0,01	1,05	0,27		5,67	7,98	11,55	0,15	
	14638	Омлет натуральный	100	10,51	13,21	1,92	168,61	5,76	0,01	0,04	0,37	1,86		36,40	4,14	26,38	0,04	
	14581	Какао с молоком	180	3,68	3,82	15,35	110,50	22,00	0,05	0,17	1,43			134,86	23,90	112,10	0,58	
		Итого:	340	17,93	23,05	34,21	416,02	61,02	0,11	0,26	2,89	2,19		228,71	41,71	196,53	1,19	
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)																		
табл.24/1996	13691	Огурец свежий	20	0,14	0,02	0,38	2,26		0,01	0,00	1,40	0,02		4,40	2,80	6,00	0,10	
	14760	Суп крестьянский с крупой на курином бульоне	200	5,97	7,76	11,25	139,71	8,80	0,07	0,07	17,23	13,28		34,26	22,06	95,13	1,05	
	15915	Пудинг рыбный запеченный (минтай)	60	12,57	5,54	5,73	123,06	19,04	0,10	0,13	0,21	1,63		52,52	7,48	36,88	1,11	
	14974	Картофель запеченный с маслом растительным	130	2,93	5,08	23,88	152,96	0,18	0,10	0,20	29,30	2,14		17,59	33,87	85,66	2,34	
	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	
	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:	650	26,27	19,27	77,35	635,78	27,84	0,48	0,36	91,34	20,41		150,23	83,70	258,00	7,19	
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																		
	360	Икра кабачковая (консервы)	30	0,60	2,80	2,43	37,32											
288/14 Дели плюс	15849	Голубцы ленивые из говядины с рисом	60	4,11	5,68	4,34	84,89	5,00	0,02	0,03	16,70	17,12		20,37	8,20	22,44	0,79	
317/2014 Дели плюс	15847	Макаронные 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					0,58		7,00	13,50	34,00	0,90	
	671	Хлеб пшеничный	25	2,13	0,25	13,92	66,45		0,06	0,02								
	15764	Мармелад в ассортименте	16	0,01	0,02	9,04	36,38											
		Итого:	446	11,87	14,37	61,83	424,59	5,00	0,15	0,06	16,70	20,60		47,06	29,64	98,38	2,60	
		Итого:	1 586	60,64	60,53	179,86	1 554,68	124,66	0,77	0,88	111,39	43,20		616,96	176,61	694,68	11,04	
Среда																		
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																		
	14884	Батон с маслом и сыром	30/5/5	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	
	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:	427	9,94	12,62	49,17	359,01	71,94	0,15	0,28	2,03	0,37		263,85	37,23	263,99	0,99	
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)																		
	14426	Салат из свежих огурцов и помидоров с маслом растительным	40	0,39	2,46	1,43	29,40		0,02	0,01	6,40	1,23		14,09	7,06	13,83	0,35	
	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	
314/2014 Дели плюс	15856	Фрикадельки мясные	70	12,73	10,80	8,00	180,10					1,33			0,06			
ТТК	13903	Каша гречневая вязкая	130	4,01	4,34	18,06	127,33	18,20	0,14	0,07		0,30		8,55	63,12	95,54	2,13	
	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	
ТТК	12846	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42		14,10			1,17	
		Итого:	670	27,63	26,75	77,88	662,77	37,70	0,31	0,18	8,74	5,80		71,88	91,81	295,74	6,10	
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	
	14939	Салат из моркови с сахаром	60	0,79	0,06	7,17	32,36		0,04	0,04	3,02	0,79		16,42	22,98	33,26	0,43	
	15867	Запеканка творожная с крошкой Дружба с молоком сгущенным	100/20	14,90	8,20	30,97	257,28	58,00	0,04	0,10	0,20	0,54		75,79	10,23	81,73	3,21	
392/2014 Дели плюс	12824	Чай с сахаром	180			9,98	39,92							0,30			0,03	
	13321	Печенье Сахарное 13г. в ассорт 2шт	26	1,68	4,80	15,84	113,28											
		Итого:	446	17,61	13,30	69,84	469,48	58,00	0,10	0,15	9,23	1,45		102,11	38,61	121,59	4,99	
		Итого:	1 693	55,22	52,75	211,14	1 548,26	167,64	0,56	0,61	20,00	7,62		427,84	167,65	591,31	12,08	
Четверга																		
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																		
	14805	Яйцо вареное	20	2,55	2,30	0,15	31,50	94,00	0,02	0,13		0,19		10,80	6,00	43,60	0,64	
	14728	Батон с маслом	30/5	2,29	4,50	15,49	111,56	20,00	0,03	0,02		0,05		6,90	3,90	21,00	0,37	
	15282	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,84	6,14	14,98	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:	435	13,47	15,82	51,91	403,87	168,00	0,17	0,50	2,99	0,49		297,57	44,66	286,12	1,53	
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																		
401/2014 Дели плюс	12810	Кефир	150	4,47	3,85	6,16	77,15	30,80	0,06	0,26	1,08			1,85	21,56	138,60	0,15	
		Итого:	150	4,47	3,85	6,16	77,15	30,80	0,06	0,26	1,08			1,85	21,56	138,60	0,15	
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																		
	15016	Салат Ароматный	40	0,50	4,04	1,33	43,65		0,01	0,01	10,43	2,16		35,15	7,38	16,90	0,40	
	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	30/1															

Пятница																		
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																		
	14884	Батон с маслом и сыром	30/5/5	3,47	6,00	15,49	129,83	33,26	0,04	0,03	0,04	0,05			51,78	5,89	46,50	0,42
	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:	427	11,33	12,92	64,61	419,97	72,42	0,15	0,29	2,06	0,07			249,46	27,61	187,70	1,72
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)																		
табл. 24/1996	13691	Огурец свежий	20	0,14	0,02	0,38	2,28		0,01	0,00	1,40	0,02			3,40	2,80	6,00	0,10
	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
	15852	Запеканка картофельная с говядиной С	150	9,79	13,48	26,11	264,93	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
	12807	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		2,72			18,80			1,56
	671	Хлеб пшеничный	25	2,13	0,25	13,92	66,45		0,06	0,02		0,58			7,00	13,50	34,00	0,90
		Итого:	615	23,00	17,99	79,90	673,50	8,06	0,65	0,32	58,96	7,63			120,87	101,18	270,21	6,90
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																		
	15772	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	14,46	0,59
	15883	Вареники ленивые отварные с молоком сгущ.	100/20	4,83	1,45	24,18	217,52		0,01	0,03	0,20				64,03	6,87	46,26	0,04
392/2014 Десяти плюс	12824	Чай с сахаром	180			9,98	39,92								0,30			0,03
	15722	Печенье Овсяное	23	1,38	4,60	14,49	104,88											
	13097	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
		Итого:	443	6,50	8,47	59,95	432,04		0,06	0,07	11,28	1,24			86,29	24,31	69,52	2,42
		Итого:	1 635	41,27	39,46	216,70	1 491,51	80,48	0,85	0,68	72,29	8,94			456,62	163,09	527,43	11,03

Согласовано _____

Согласовано
Директор ООО «ТАММА»
_____ / _____ /
Солодков И. П. /

Циклическое меню Сад 4-х разовое

на период с 14.07.2025г. по 18.07.2025

Сборник рецептов	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества						
				Белки	Жиры	Угле- ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)	
Понедельник																			
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																			
	14884	Батон с маслом и сыром	30/5/5	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		
	15366	Каша молочная манная жидкая с сахаром и маслом	200/5/2	6,25	5,14	31,72	198,13	29,12	0,09	0,17	1,37	0,48		134,61	29,39	122,05	0,44		
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:				427	12,51	14,02	64,00	432,26	80,38	0,16	0,34	2,58	0,53		294,69	38,68	249,55	0,98	
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)																			
табл.24/1996	13691	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		
	14835	Суп из овощей на кур.бульоне	200	5,15	6,44	9,32	115,82	7,50	0,09	0,08	18,27	9,10		33,00	22,87	77,00	1,00		
	15902	Шницель Любительский	60	9,20	14,30	9,40	165,47					1,33				0,07			
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		
	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		
ТТК	12846	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42		14,10			1,17		
Итого:				645	23,40	27,05	79,87	618,90	7,50	0,38	0,21	37,67	15,31		111,96	60,61	188,20	4,72	
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		
14/2011 Дели принт	13296	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		
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		
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		
469/2014 Дели плюс	12853	Булочка домашняя	50	4,30	7,01	31,50	206,29	5,20	0,07	0,04	0,18	3,18		24,92	7,58	44,03	0,70		
Итого:				530	19,37	28,04	89,79	728,00	5,20	0,21	0,12	16,27	7,56		74,11	65,53	187,91	3,98	
Итого:				1 752	55,33	69,19	257,91	1 846,15	93,08	0,75	0,67	66,62	23,41		480,77	164,81	625,66	9,68	
Вторник																			
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																			
	14884	Батон с маслом и сыром	30/5/5	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		
	15508	Морковь порционная	20	0,27	0,02	1,45	7,08		0,01	0,01	1,05	0,27		5,67	7,98	11,55	0,15		
	14638	Омлет натуральный	100	10,51	13,21	1,92	168,61	5,76	0,01	0,04	0,37	1,86		36,40	4,14	26,38	0,04		
	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:				340	15,85	20,99	29,82	371,61	60,02	0,08	0,17	2,18	2,19		160,10	25,51	133,93	0,69	
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																			
	15319	Ряженка	130	3,89	3,35	5,63	68,21	26,80	0,03	0,17	0,40			166,16	18,76	123,28	0,13		
Итого:				130	3,89	3,35	5,63	68,21	26,80	0,03	0,17	0,40		166,16	18,76	123,28	0,13		
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																			
табл. №24/94	13575	Помидор свежий	15	0,17	0,03	0,58	3,27		0,01	0,01	3,83	0,11		2,14	3,06	3,98	0,14		
	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	9,09		42,51	23,46	74,40	1,21		
	14850	Мякоть цыпленка тушенная в сметанном соусе	40/40	5,34	4,90	14,78	124,58	10,00	0,01	0,01	0,04	0,08		10,52	1,45	8,92	0,07		
314/2014 Дели плюс	13903	Каша гречневая вязкая	130	4,01	4,34	18,06	127,33	18,20	0,14	0,07		0,30		8,55	63,12	95,54	2,13		
	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		0,46		5,60	10,80	27,20	0,72		
ТТК	12846	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42		14,10			1,17		
Итого:				655	16,61	17,36	75,29	579,78	36,20	0,32	0,20	62,69	10,60		91,48	108,58	217,17	5,74	
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		
	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		
	15908	Котлета рыбная Любительская	60	10,44	3,39	3,64	86,83	17,50	0,09	0,11	1,13	1,11		33,41	9,52	30,53	2,51		
	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		
	13980	Печенье Сахарное 13 гр (1 шт)	13	1,00	2,34	8,70	59,86												
Итого:				503	16,89	12,63	62,14	429,75	17,50	0,32	0,24	47,45	3,57		87,07	63,70	156,87	6,08	
Итого:				1 628	55,23	54,33	172,89	1 449,35	130,62	0,75	0,79	112,62	16,36		504,82	216,55	631,26	12,65	
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		0,05		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		
	14581	Какао с молоком	180	3,68	3,82	15,35	110,50	22,00	0,05	0,17	1,43			134,86	23,90	112,10	0,58		
Итого:				422	11,11	13,23	64,29	389,67	70,16	0,18	0,36	2,74	0,07		272,45	41,98	224,65	2,02	
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)																			
табл. 24/1996	13691	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		
	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		
	15818	Биточки рубленые	60	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		
	15515	Капуста свежая тушенная	130	3,10	4,74	12,96	106,85		0,05	0,07	71,22	72,63		82,77	27,34	55,47	1,07		
	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		
	671	Хлеб пшеничный	25	2,13	0,25	13,92	66,45		0,06	0,02		0,56		7,00	13,50	34,00	0,90		
Итого:				655	22,77	24,94	70,49	597,53	22,30	0,30	0,22	80,90	80,09		171,00	68,93	204,39	6,28	
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		
	15772	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	14,46	0,59		
	15871	Пудинг из творога с яблоками Дружба	100	14,69	12,23	16,67	236,31	45,00	0,03	0,06	3,82	0,60		18,66	8,14	34,75	3,61		
	14848	Повидло порционное	20	0,08		13,13	52,84		0,00	0,00		0,10		2,83	1,41	1,82	0,26		
	14775	Чай без сахара	180	0,12	0,03	0,02	0,85												
	13651	Вафли в асс 18 г.	18	1,03	5,22	11,16	95,74												
Итого:				418	16,53	19,82	50,52	446,58	45,00	0,07	0,10	12,89	2,04		40,25	25,19	57,63	5,71	
Итого:				1 645	50,46	58,07	189,56	1 490,78	137,46	0,55	0,68	96,53	82,20		483,70	136,10	486,67	14,00	
Четверга																			
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																			
	14884	Батон с маслом и сыром	30/5/5	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	42,07	340,67	80,26	0,17	0,34	2,57	0,26		292,80	48,47	261,96	1,0	
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																			
401/2014 Дели плюс	12810	Кефир	150	4,47	3,85	6,16	77,15	30,80	0,06	0,26	1,08			1,85	21,56	136,60	0,15		
Итого:				150	4,47	3,85	6,16	77,15	30,80	0,06	0,26	1,08		1,85	21,56	136,60	0,15		
Обед 1 (с 3 до 7																			

Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)

14884	Батон с маслом и сыром	30/5/5	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
15569	Каша молочная рисовая жидкая с сахаром и маслом	200/5/2	5,23	5,14	32,77	198,26	29,12	0,07	0,17	1,37	0,14			131,65	30,29	142,22	0,45
366/2014 Дели плюс	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	61,00	0,12
Итого:		427	11,50	14,02	65,05	432,38	80,38	0,14	0,34	2,58	0,19			291,73	48,58	269,72	0,99

Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)

15439	Напиток сыровоточный	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)

13691	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
15013	Суп с макаронными изделиями на кур. бульоне	200	4,37	6,32	12,25	123,37	5,20	0,05	0,03	2,13	2,06			13,07	7,73	42,72	0,55
248/2011	Фрикадельки мясные	60	6,84	9,56	4,45	175,00	0,24	0,02	0,01	0,42	1,33			5,94	5,63	15,64	0,36
317 529/1997	Гороховое пюре	130	14,68	4,32	30,69	220,37	18,20	0,57	0,12		0,36			62,56	56,33	146,27	4,50
ТТК	Компот из сухофруктов	180			17,96	71,84								0,22			0,02
10381	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		2,72			18,80			1,56
12807	Хлеб пшеничный	25	2,13	0,25	13,92	66,45		0,06	0,02		0,58			7,00	13,50	34,00	0,90
Итого:		655	30,89	20,89	95,67	738,62	23,64	0,78	0,21	3,94	7,06			110,98	85,99	244,83	8,00

Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)

ТТК	Десерт фруктовый (яблоко)	70	0,28	0,28	6,86	31,08		0,02	0,01	7,00	0,14			11,20	6,30	7,70	1,54
14939	Салат из моркови с сахаром	60	0,79	0,06	7,17	32,36		0,04	0,04	3,02	0,79			16,42	22,98	33,26	0,43
15867	Запеканка творожная с крошкой Дружба с молоком сгущенным	100/20	14,90	8,20	30,97	257,28	58,00	0,04	0,10	0,20	0,54			75,79	10,23	61,73	3,21
14775	Чай без сахара	180	0,12	0,03	0,02	0,85											
15722	Печенье Овсяное	23	1,38	4,60	14,49	104,88											
Итого:		453	17,47	13,17	59,51	426,45	58,00	0,10	0,15	10,23	1,47			103,41	39,51	122,69	5,18
Итого:		1 685	59,90	48,26	234,38	1 663,35	162,02	1,01	0,70	16,75	8,72			506,12	174,08	637,24	14,17