

Общество с ограниченной ответственностью «ГАММА-плюс»

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель МБДОУ «Центр развития детей  
№ 16 «Солнечный»  
Ладожский (Е.Т. Ладожский)



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «ГАММА-плюс»

Т.В. Солоднева 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**

**08.09.2025-19.09.2025**

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



Согласовано \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/

## Циклическое меню Сад 4-х разовое

на период с 08.09.2025г. по 12.09.2025

| Сборник рецептов                   | Код   | Наименование                                       | Выход   | Пищевая ценность |       |             |        | Витамины |         |         |        |        |         |         |         |         |        | Минеральные вещества |  |  |  |  |
|------------------------------------|-------|----------------------------------------------------|---------|------------------|-------|-------------|--------|----------|---------|---------|--------|--------|---------|---------|---------|---------|--------|----------------------|--|--|--|--|
|                                    |       |                                                    |         | Белки            | Жиры  | Угле-<br>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  | 20,39   | 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)           |       |                                                    |         |                  |       |             |        |          |         |         |        |        |         |         |         |         |        |                      |  |  |  |  |
|                                    | 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)              |       |                                                    |         |                  |       |             |        |          |         |         |        |        |         |         |         |         |        |                      |  |  |  |  |
|                                    | 14238 | Огурец свежий                                      | 30      | 0,21             | 0,03  | 0,58        | 3,46   |          | 0,01    | 0,01    | 2,14   | 0,03   |         |         | 5,20    | 4,28    | 9,18   | 0,15                 |  |  |  |  |
|                                    | 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                 |  |  |  |  |
|                                    | 15541 | Котлета рубленая из говядины из п/ф 86 гр          | 70      | 10,70            | 16,67 | 11,18       | 237,55 |          |         |         |        | 1,55   |         |         |         |         | 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                 |  |  |  |  |
|                                    | 12807 | Хлеб ржаной                                        | 40      | 2,72             | 0,52  | 15,92       | 79,24  |          | 0,07    | 0,03    |        | 2,72   |         |         | 18,80   |         |        | 1,56                 |  |  |  |  |
| Итого:                             |       |                                                    |         | 675              | 25,65 | 29,56       | 85,84  | 711,98   | 7,50    | 0,40    | 0,22   | 38,41  | 17,84   |         | 118,47  | 62,09   | 191,38 | 5,16                 |  |  |  |  |
| Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет) |       |                                                    |         |                  |       |             |        |          |         |         |        |        |         |         |         |         |        |                      |  |  |  |  |
| 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     |                  |       |             | 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                 |  |  |  |  |
|                                    | 13097 | Десерт фруктовый                                   | 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:                             |       |                                                    |         | 550              | 19,45 | 28,12       | 101,75 | 737,88   | 5,20    | 0,22    | 0,12   | 18,27  | 7,47    |         | 77,31   | 67,33   | 190,11 | 4,42                 |  |  |  |  |
| Итого:                             |       |                                                    |         | 1 832            | 57,66 | 71,80       | 268,68 | 1 951,53 | 93,08   | 0,78    | 0,68   | 59,26  | 25,84   |         | 490,47  | 168,10  | 631,04 | 10,57                |  |  |  |  |
| Вторник                            |       |                                                    |         |                  |       |             |        |          |         |         |        |        |         |         |         |         |        |                      |  |  |  |  |
| Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)           |       |                                                    |         |                  |       |             |        |          |         |         |        |        |         |         |         |         |        |                      |  |  |  |  |
| ТТК                                | 12871 | Десерт фруктовый                                   | 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                 |  |  |  |  |
|                                    | 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                 |  |  |  |  |
|                                    | 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:                             |       |                                                    |         | 390              | 15,88 | 21,25       | 35,23  | 395,81   | 50,02   | 0,09    | 0,17   | 8,13   | 2,05    |         | 165,63  | 23,83   | 130,08 | 2,08                 |  |  |  |  |
| Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)           |       |                                                    |         |                  |       |             |        |          |         |         |        |        |         |         |         |         |        |                      |  |  |  |  |
|                                    | 14644 | Снежок                                             | 180     | 5,00             | 4,63  | 19,98       | 141,53 | 37,00    | 0,06    | 0,24    | 1,67   |        |         |         | 223,85  | 27,75   | 173,90 | 0,19                 |  |  |  |  |
| Итого:                             |       |                                                    |         | 180              | 5,00  | 4,63        | 19,98  | 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)              |       |                                                    |         |                  |       |             |        |          |         |         |        |        |         |         |         |         |        |                      |  |  |  |  |
| таб.24/1996                        | 13692 | Помидор свежий                                     | 20      | 0,22             | 0,04  | 0,76        | 4,28   |          | 0,01    | 0,01    | 5,00   | 0,14   |         |         | 2,80    | 4,00    | 5,20   | 0,18                 |  |  |  |  |
|                                    | 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 тушеная 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                 |  |  |  |  |
|                                    | 15058 | Каша гречневая рассыпчатая                         | 150     | 8,74             | 6,49  | 39,63       | 251,86 |          | 0,30    | 0,14    |        | 2,42   |         |         | 15,35   | 136,89  | 207,20 | 4,66                 |  |  |  |  |
|                                    | 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                 |  |  |  |  |
|                                    | 12807 | Хлеб ржаной                                        | 40      | 2,72             | 0,52  | 15,92       | 79,24  |          | 0,07    | 0,03    |        | 2,72   |         |         | 18,80   |         |        | 1,56                 |  |  |  |  |
| Итого:                             |       |                                                    |         | 690              | 24,07 | 19,65       | 101,02 | 725,13   | 18,00   | 0,50    | 0,28   | 63,76  | 15,05   |         | 103,65  | 185,29  | 330,05 | 8,70                 |  |  |  |  |
| Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет) |       |                                                    |         |                  |       |             |        |          |         |         |        |        |         |         |         |         |        |                      |  |  |  |  |
|                                    | 15135 | Салат витаминный с маслом растительным             | 60      | 0,57             | 2,38  | 5,14        | 44,26  |          | 0,02    | 0,02    | 12,29  | 11,72  |         |         | 17,25   | 7,77    | 13,11  | 0,49                 |  |  |  |  |
|                                    | 14667 | Фрикадельки рыбные запеченные с соусом молочным    | 75/15   | 13,41            | 6,50  | 5,64        | 134,71 | 28,56    | 0,11    | 0,13    | 0,11   | 1,62   |         |         | 64,11   | 7,74    | 43,37  | 2,44                 |  |  |  |  |
|                                    | 15392 | Картофельное пюре                                  | 130     | 2,86             | 4,37  | 19,15       | 127,38 | 22,16    | 0,14    | 0,11    | 22,48  | 0,16   |         |         | 41,93   | 28,75   | 85,48  | 1,07                 |  |  |  |  |
|                                    | 14775 | Чай без сахара                                     | 180     | 0,12             | 0,03  | 0,02        | 0,85   |          |         |         |        |        |         |         |         |         |        |                      |  |  |  |  |
|                                    | 15764 | Мармелад в ассортименте                            | 16      | 0,01             | 0,02  | 9,04        | 36,38  |          |         |         |        |        |         |         |         |         |        |                      |  |  |  |  |
| 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:                             |       |                                                    |         | 501              | 19,10 | 13,55       | 52,81  | 410,02   | 50,72   | 0,32    | 0,28   | 34,89  | 14,07   |         | 130,29  | 57,77   | 175,97 | 4,90                 |  |  |  |  |
| Итого:                             |       |                                                    |         | 1 761            | 64,02 | 59,08       | 209,14 | 1 672,29 | 155,74  | 0,97    | 0,98   | 108,44 | 31,18   |         | 623,41  | 294,64  | 810,00 | 15,88                |  |  |  |  |
| 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       | 54,29  | 380,67   | 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)           |       |                                                    |         |                  |       |             |        |          |         |         |        |        |         |         |         |         |        |                      |  |  |  |  |
|                                    | 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)              |       |                                                    |         |                  |       |             |        |          |         |         |        |        |         |         |         |         |        |                      |  |  |  |  |
|                                    | 14238 | Огурец свежий                                      | 30      | 0,21             | 0,03  | 0,58        | 3,46   |          | 0,01    | 0,01    | 2,14   | 0,03   |         |         | 5,20    | 4,28    | 9,18   | 0,15                 |  |  |  |  |
|                                    | 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 тушеная                             | 130     | 3,10             | 4,74  | 12,96       | 106,65 |          | 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    |        | 0,58   |         |         | 7,00    | 13,50   | 34,00  | 0,90                 |  |  |  |  |
| Итого:                             |       |                                                    |         | 665              | 22,85 | 24,95       | 70,69  | 598,73   | 22,30   | 0,30    | 0,22   | 81,64  | 80,10   |         | 172,80  | 70,42   | 207,57 | 6,31                 |  |  |  |  |
| Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет) |       |                                                    |         |                  |       |             |        |          |         |         |        |        |         |         |         |         |        |                      |  |  |  |  |
|                                    | 14118 | Салат из моркови с яблоками                        | 40      | 0,44             | 0,08  | 3,58        | 16,75  |          | 0,02    | 0,02    | 2,64   | 0,14   |         |         | 9,93    | 12,42   | 17,75  | 0,46                 |  |  |  |  |
|                                    | 15870 | Пудинг из творога с яблоками Дружба                | 120     | 17,62            | 14,67 | 20,24       | 283,49 | 54,00    | 0,04    | 0,08    | 4,58   | 0,72   |         |         | 22,39   | 9,77    | 41,70  | 4,33                 |  |  |  |  |
|                                    | 14648 | 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 асе 18 г.                                  | 18      | 1,03             | 5,22  | 11,16       | 95,74  |          |         |         |        |        |         |         |         |         |        |                      |  |  |  |  |
|                                    | 13097 | Десерт фруктовый                                   | 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:                             |       |                                                    |         | 458              | 19,61 | 20,32       | 55,98  | 485,19   | 54,00   | 0,08    | 0,12   | 15,22  | 0,98    |         | 47,95   | 30,80   | 70,07  | 6,82                 |  |  |  |  |
| Итого:                             |       |                                                    |         | 1 725            | 53,61 | 58,59       | 198,07 | 1 534,00 | 146,46  | 0,56    | 0,70   | 99,60  | 81,16   |         | 493,20  | 143,20  | 502,29 | 15,15                |  |  |  |  |
| Четверг                            |       |                                                    |         |                  |       |             |        |          |         |         |        |        |         |         |         |         |        |                      |  |  |  |  |
| 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 | 38,00    | 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   | 281,96 | 1,08                 |  |  |  |  |
| Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)           |       |                                                    |         |                  |       |             |        |          |         |         |        |        |         |         |         |         |        |                      |  |  |  |  |
| 401/2014 Дели плюс                 | 12874 | Ряженка                                            | 180     | 5,37             | 4,63  | 7,77        | 94,17  | 37,00    | 0,04    | 0,24    | 0,56   |        |         |         | 229,40  | 25,90   | 170,20 | 0,19                 |  |  |  |  |
| Итого:                             |       |                                                    |         | 180              | 5,37  | 4,63        | 7,77   | 94,17    | 37,00   | 0,04    | 0,24   | 0,56   |         |         | 229,40  | 25,90   | 170,20 | 0,19                 |  |  |  |  |
| Обед 1 (с 3 до 7 лет)              |       |                                                    |         |                  |       |             |        |          |         |         |        |        |         |         |         |         |        |                      |  |  |  |  |
| таб.24/1996                        | 13779 | Помидор свежий                                     | 25      | 0,29             | 0,05  | 0,99        | 5,56   |          | 0,02    | 0,01    | 6,50   | 0,18   |         |         | 3,64    | 5,20    | 6,76   | 0,23                 |  |  |  |  |
|                                    | 14621 | Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне   | 200     | 5,30             | 7,38  | 7,61        | 118,08 | 8,00     | 0,07</  |         |        |        |         |         |         |         |        |                      |  |  |  |  |



|        |       |       |       |        |          |        |      |      |       |       |  |  |  |        |        |        |       |
|--------|-------|-------|-------|--------|----------|--------|------|------|-------|-------|--|--|--|--------|--------|--------|-------|
| Итого: | 545   | 15,44 | 23,44 | 88,66  | 627,32   | 19,88  | 0,29 | 0,11 | 7,65  | 5,53  |  |  |  | 73,38  | 66,84  | 181,28 | 4,31  |
| Итого: | 1 785 | 52,30 | 67,53 | 210,86 | 1 660,36 | 144,92 | 0,91 | 0,95 | 79,93 | 32,67 |  |  |  | 699,91 | 221,76 | 825,52 | 11,66 |

**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  | 5,69  | 46,50  | 0,42 |
|                    | 15569 | Каша молочная рисовая жидкая с сахаром и маслом | 200/5/2 | 5,23  | 5,14  | 32,77 | 198,28 | 29,12 | 0,07 | 0,17 | 1,37 | 0,14 |  |  | 131,65 | 30,29 | 142,22 | 0,45 |
| 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     | 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)**

|  |       |                       |     |      |      |       |        |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|-------|-----------------------|-----|------|------|-------|--------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
|  | 15923 | Коктейль мол.Милкшейк | 180 | 5,04 | 2,70 | 20,16 | 125,10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |       | Итого:                | 180 | 5,04 | 2,70 | 20,16 | 125,10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**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 |
|              | 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 |
| 288/2011     | 15816 | Фрикадельки мясные                          | 60  | 6,64  | 9,56  | 4,45  | 175,00 | 0,24  | 0,02 | 0,01 | 0,42   | 1,33 |  |  | 5,94   | 5,63  | 15,84  | 0,36 |
| 317.529/1997 | 14224 | 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 |
|              | 12843 | Напиток из плодов шиповника                 | 180 | 0,61  | 0,25  | 18,67 | 79,41  |       | 0,01 | 0,05 | 180,00 | 0,68 |  |  | 11,10  | 3,06  | 3,06   | 0,57 |
|              | 12807 | Хлеб ржаной                                 | 40  | 2,72  | 0,52  | 15,92 | 79,24  |       | 0,07 | 0,03 |        | 2,72 |  |  | 16,80  |       |        | 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:                                      | 655 | 31,50 | 21,24 | 96,29 | 746,10 | 23,64 | 0,79 | 0,27 | 183,94 | 7,74 |  |  | 121,86 | 89,05 | 247,89 | 8,55 |

**Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)**

|                    |       |                                                          |        |       |       |        |          |        |      |      |        |      |  |  |        |        |        |       |
|--------------------|-------|----------------------------------------------------------|--------|-------|-------|--------|----------|--------|------|------|--------|------|--|--|--------|--------|--------|-------|
| ТТК                | 12871 | Десерт фруктовый                                         | 70     | 0,28  | 0,28  | 6,66   | 31,08    |        | 0,02 | 0,01 | 7,00   | 0,14 |  |  | 11,20  | 6,30   | 7,70   | 1,54  |
| 41/2011 Дели принт | 13089 | Салат из моркови с сахаром                               | 60     | 0,75  | 0,06  | 6,97   | 31,39    |        | 0,03 | 0,04 | 2,88   | 0,23 |  |  | 15,64  | 21,89  | 31,68  | 0,41  |
|                    | 15872 | Запеканка творожная с крошкой Дружба с молоком сгущенным | 120/20 | 17,90 | 9,84  | 31,17  | 284,84   | 69,60  | 0,05 | 0,11 | 0,20   | 0,65 |  |  | 78,15  | 10,90  | 88,82  | 3,84  |
| 392/2014 Дели плюс | 12824 | Чай с сахаром                                            | 180    |       |       | 9,98   | 39,92    |        |      |      |        |      |  |  | 0,30   |        |        | 0,03  |
|                    | 13321 | Печенье Сахарное 13г. в ассортименте                     | 26     | 1,68  | 4,80  | 15,84  | 113,28   |        |      |      |        |      |  |  |        |        |        |       |
|                    |       | Итого:                                                   | 476    | 20,61 | 14,98 | 70,82  | 500,51   | 69,60  | 0,10 | 0,16 | 10,08  | 1,02 |  |  | 105,29 | 39,09  | 128,20 | 5,83  |
|                    |       | Итого:                                                   | 1 738  | 68,65 | 52,94 | 252,31 | 1 804,08 | 173,62 | 1,03 | 0,77 | 196,60 | 8,96 |  |  | 518,88 | 176,72 | 645,81 | 15,36 |



Согласовано \_\_\_\_\_

Согласовано \_\_\_\_\_  
Директор ООО "АММА" \_\_\_\_\_  
/ Солодков И.П. /

## Циклическое меню Сад 4-х разовое основное

на период с 15.09.2025г. по 19.09.2025

| Сборник рецептов                          | Код   | Наименование                                              | Выход   | Пищевая ценность |       |             |          | Витамины  |            |            |           |           | Минеральные вещества |            |            |           |            |       |
|-------------------------------------------|-------|-----------------------------------------------------------|---------|------------------|-------|-------------|----------|-----------|------------|------------|-----------|-----------|----------------------|------------|------------|-----------|------------|-------|
|                                           |       |                                                           |         | Белки            | Жиры  | Угле-<br>ды | Ккал     | A<br>(мг) | B1<br>(мг) | B2<br>(мг) | C<br>(мг) | E<br>(мг) | Zn<br>(мг)           | Ca<br>(мг) | Mg<br>(мг) | P<br>(мг) | Fe<br>(мг) |       |
| <b>Понедельник</b>                        |       |                                                           |         |                  |       |             |          |           |            |            |           |           |                      |            |            |           |            |       |
| <b>Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)</b>           |       |                                                           |         |                  |       |             |          |           |            |            |           |           |                      |            |            |           |            |       |
|                                           | 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       |       |
|                                           | 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      |                      | 134,23     | 14,22      | 184,90    | 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       | 46,50     | 0,08       |       |
|                                           |       | Итого:                                                    | 427     | 11,33            | 12,92 | 64,81       | 419,97   | 72,42     | 0,15       | 0,23       | 2,06      | 0,07      |                      | 248,45     | 27,61      | 187,70    | 1,72       |       |
| <b>Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)</b>           |       |                                                           |         |                  |       |             |          |           |            |            |           |           |                      |            |            |           |            |       |
|                                           | 15438 | Напиток сывороточный                                      | 180     | 0,05             | 0,09  | 17,10       | 89,41    |           |            |            |           |           |                      |            |            |           |            |       |
|                                           |       | Итого:                                                    | 180     | 0,05             | 0,09  | 17,10       | 89,41    |           |            |            |           |           |                      |            |            |           |            |       |
| <b>Обед 1 (с 3 до 7 лет)</b>              |       |                                                           |         |                  |       |             |          |           |            |            |           |           |                      |            |            |           |            |       |
|                                           | 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       |       |
|                                           | 15928 | Биточки куриные                                           | 70      | 7,70             | 4,20  | 10,50       | 110,60   |           |            |            |           | 0,89      |                      |            |            | 0,04      |            |       |
|                                           | 14832 | Рис отварной с овощами                                    | 150     | 3,72             | 5,51  | 37,12       | 212,90   |           | 0,06       | 0,04       | 2,10      | 2,52      |                      | 16,48      | 33,48      | 89,25     | 0,73       |       |
| №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       |       |
| ТТК                                       | 10381 | Компот из сухофруктов                                     | 180     |                  |       | 17,96       | 71,84    |           |            |            |           |           |                      | 0,22       |            |           | 0,02       |       |
|                                           | 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:                                                    | 695     | 21,90            | 17,92 | 104,19      | 665,65   | 8,00      | 0,28       | 0,17       | 35,42     | 27,85     | 0,34                 | 1,84       | 94,56      | 75,75     | 205,37     | 4,62  |
| <b>Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)</b> |       |                                                           |         |                  |       |             |          |           |            |            |           |           |                      |            |            |           |            |       |
| 16/04                                     | 13595 | Салат из свежих огурцов                                   | 40      | 0,26             | 2,43  | 0,70        | 25,77    |           | 0,01       | 0,01       | 2,60      | 1,10      |                      | 6,31       | 5,19       | 11,18     | 0,19       |       |
|                                           | 14677 | Рулет мясной с луком и яйцом                              | 60      | 6,35             | 8,95  | 6,31        | 131,22   | 19,50     | 0,03       | 0,05       | 3,53      | 1,39      |                      | 27,39      | 8,16       | 40,72     | 2,12       |       |
|                                           | 14974 | Картофель запеченный с маслом растительным                | 130     | 2,93             | 5,08  | 23,88       | 152,96   |           | 0,18       | 0,10       | 29,30     | 2,14      |                      | 17,59      | 33,87      | 85,66     | 1,34       |       |
| 392/2014 Дели 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   |           | 0,03       | 0,02       | 10,00     | 0,03      |                      | 16,00      | 9,00       | 11,00     | 2,20       |       |
|                                           | 13304 | Десерт фруктовый яблоко                                   | 100     | 0,40             | 0,40  | 9,80        | 44,40    |           | 0,06       | 0,02       |           | 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       |           | 0,58      |                      | 7,00       | 13,50      | 34,00     | 0,90       |       |
|                                           |       | Итого:                                                    | 558     | 13,45            | 21,72 | 79,08       | 565,60   | 19,50     | 0,30       | 0,20       | 45,43     | 5,25      |                      | 74,59      | 69,72      | 182,56    | 6,78       |       |
|                                           |       | Итого:                                                    | 1 860   | 46,73            | 52,65 | 264,98      | 1 720,63 | 99,92     | 0,73       | 0,67       | 82,91     | 33,17     | 0,34                 | 1,84       | 418,61     | 173,08    | 575,62     | 13,02 |
| <b>Вторник</b>                            |       |                                                           |         |                  |       |             |          |           |            |            |           |           |                      |            |            |           |            |       |
| <b>Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)</b>           |       |                                                           |         |                  |       |             |          |           |            |            |           |           |                      |            |            |           |            |       |
|                                           | 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       |       |
| ТТК                                       | 12806 | Десерт фруктовый (яблоко)                                 | 90      | 0,36             | 0,36  | 8,82        | 39,96    |           | 0,03       | 0,02       | 9,00      | 0,18      |                      | 14,40      | 8,10       | 9,90      | 1,98       |       |
|                                           | 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      |       |
|                                           | 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:                                                    | 410     | 18,02            | 23,39 | 41,58       | 448,90   | 249,02    | 0,17       | 0,69       | 10,84     | 2,55      |                      | 286,32     | 50,85      | 339,26    | 21,82      |       |
| <b>Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)</b>           |       |                                                           |         |                  |       |             |          |           |            |            |           |           |                      |            |            |           |            |       |
|                                           | 14644 | Снежок                                                    | 180     | 5,00             | 4,63  | 19,98       | 141,53   | 37,00     | 0,06       | 0,24       | 1,67      |           |                      | 223,85     | 27,75      | 173,90    | 0,19       |       |
|                                           |       | Итого:                                                    | 180     | 5,00             | 4,63  | 19,98       | 141,53   | 37,00     | 0,06       | 0,24       | 1,67      |           |                      | 223,85     | 27,75      | 173,90    | 0,19       |       |
| <b>Обед 1 (с 3 до 7 лет)</b>              |       |                                                           |         |                  |       |             |          |           |            |            |           |           |                      |            |            |           |            |       |
|                                           | 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       |       |
|                                           | 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       |       |
|                                           | 15813 | Запеканка картофельная с мяном                            | 160     | 10,32            | 11,15 | 26,93       | 249,34   |           | 0,24       | 0,16       | 30,70     | 4,75      |                      | 36,61      | 37,95      | 98,21     | 1,96       |       |
|                                           | 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       |       |
|                                           | 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:                                                    | 640     | 21,19            | 21,01 | 80,82       | 597,12   | 7,50      | 0,48       | 0,31       | 58,97     | 18,44     |                      | 120,69     | 85,88      | 228,84    | 8,10       |       |
| <b>Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)</b> |       |                                                           |         |                  |       |             |          |           |            |            |           |           |                      |            |            |           |            |       |
| 20/14 Дели плюс                           | 12815 | Салат из свежих капусты                                   | 40      | 0,62             | 2,03  | 3,76        | 35,81    |           | 0,01       | 0,02       | 14,42     | 15,12     |                      | 19,25      | 6,75       | 12,64     | 0,25       |       |
| 286/2014 Дели плюс                        | 15837 | Тефтели мясные с соусом сметанным                         | 60/60   | 7,02             | 10,22 | 8,85        | 155,45   | 17,40     | 0,04       | 0,04       | 1,42      | 1,08      |                      | 36,14      | 9,86       | 42,05     | 0,49       |       |
| 31/7/2014 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       |       |
| 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       |       |
|                                           | 13651 | Вафли в ас 18 г.                                          | 18      | 1,03             | 5,22  | 11,16       | 95,74    |           |            |            |           |           |                      | 80,97      | 35,35      | 123,83    | 2,31       |       |
|                                           |       | Итого:                                                    | 513     | 15,40            | 23,32 | 74,86       | 570,91   | 17,40     | 0,18       | 0,09       | 15,84     | 19,56     |                      | 711,84     | 199,83     | 865,83    | 32,42      |       |
|                                           |       | Итого:                                                    | 1 743   | 59,60            | 72,34 | 217,24      | 1 758,45 | 310,92    | 0,89       | 1,23       | 87,31     | 40,54     |                      |            |            |           |            |       |
| <b>Среда</b>                              |       |                                                           |         |                  |       |             |          |           |            |            |           |           |                      |            |            |           |            |       |
| <b>Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)</b>           |       |                                                           |         |                  |       |             |          |           |            |            |           |           |                      |            |            |           |            |       |
|                                           | 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       |       |
|                                           | 15377 | Каша молочная пшенная жидкая с сахаром и маслом           | 200/5/2 | 7,54             | 6,00  | 36,35       | 229,53   | 28,16     | 0,21       | 0,17       | 1,31      | 0,14      |                      | 134,23     | 47,42      | 184,90    | 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       | 46,50     | 0,08       |       |
|                                           |       | Итого:                                                    | 427     | 12,61            | 13,76 | 62,81       | 425,45   | 72,42     | 0,27       | 0,28       | 2,06      | 0,19      |                      | 252,26     | 60,81      | 289,80    | 1,72       |       |
| <b>Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)</b>           |       |                                                           |         |                  |       |             |          |           |            |            |           |           |                      |            |            |           |            |       |
|                                           | 15438 | Напиток сывороточный                                      | 180     | 0,05             | 0,09  | 17,10       | 89,41    |           |            |            |           |           |                      |            |            |           |            |       |
|                                           |       | Итого:                                                    | 180     | 0,05             | 0,09  | 17,10       | 89,41    |           |            |            |           |           |                      |            |            |           |            |       |
| <b>Обед 1 (с 3 до 7 лет)</b>              |       |                                                           |         |                  |       |             |          |           |            |            |           |           |                      |            |            |           |            |       |
| таб.24/1996                               | 13779 | Помидор свежий                                            | 25      | 0,29             | 0,05  | 0,99        | 5,56     |           | 0,02       | 0,01       | 6,50      | 0,18      |                      | 3,64       | 5,20       | 6,76      | 0,23       |       |
|                                           | 15640 | Борщ из свежих 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       |       |
|                                           | 15853 | Котлета рубленая (говядина,птица)                         | 70      | 9,12             | 12,73 | 11,04       | 195,19   | 3,28      | 0,06       | 0,04       | 0,21      | 2,39      |                      | 28,12      | 14,96      | 46,27     | 0,95       |       |
|                                           | 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       |       |
| 21/2004 ТТК                               | 13095 | Овощи тушеные                                             | 150     | 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       |       |
|                                           |       | Итого:                                                    | 675     | 21,43            | 24,64 | 72,65       | 598,06   | 29,28     | 0,50       | 0,34       | 69,35     | 13,97     |                      | 174,04     | 111,25     | 288,15    | 6,72       |       |
| <b>Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)</b> |       |                                                           |         |                  |       |             |          |           |            |            |           |           |                      |            |            |           |            |       |
|                                           | 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       |       |
|                                           | 15756 | Сырники классические со сгущенным молоком                 | 100/20  | 13,65            | 10,21 | 43,21       | 319,39   |           | 0,01       | 0,03       | 0,20      | 1,55      |                      | 62,14      | 6,94       | 46,79     | 0,04       |       |
| 392/2014 Дели плюс                        | 12824 | Чай с сахаром                                             | 180     |                  |       | 9,98        | 39,92    |           |            |            |           |           |                      | 0,30       |            |           | 0,03       |       |
|                                           | 13321 | Печенье Сахарное 13г. в ассортименте                      | 26      | 1,68             | 4,80  | 15,84       | 113,28   |           |            |            |           |           |                      | 12,80      | 7,20       | 8,80      | 1,76       |       |
|                                           | 13097 | Десерт фруктовый яблоко                                   | 80      | 0,32             | 0,32  | 7,84        | 35,52    |           | 0,02       | 0,02       | 8,00      | 0,02      |                      | 80,13      | 32,77      | 82,21     | 2,52       |       |
|                                           |       | Итого:                                                    | 466     | 16,31            | 15,45 | 82,24       | 533,23   |           | 0,07       | 0,08       | 12,16     | 1,79      |                      | 516,44     | 204,82     | 652,26    | 10,95      |       |
|                                           |       | Итого:                                                    | 1 748   | 50,39            | 53,93 | 234,80      | 1 626,16 | 101,70    | 0,84       | 0,71       | 83,58     | 15,95     |                      |            |            |           |            |       |
| <b>Четверг</b>                            |       |                                                           |         |                  |       |             |          |           |            |            |           |           |                      |            |            |           |            |       |
| <b>Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)</b>           |       |                                                           |         |                  |       |             |          |           |            |            |           |           |                      |            |            |           |            |       |
|                                           | 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       |       |
|                                           | 14805 | Яйцо вареное                                              | 20      | 2,55             | 2,30  | 0,15        | 31,50    | 94,00     | 0,02       | 0,13       |           | 0,18      |                      | 10,80      | 6,00       | 43,60     | 0,64       |       |
|                                           | 14867 | Суп молочный гречневый                                    | 200     | 6,09             | 6,46  | 17,34       | 151,85   | 36,00     | 0,13       | 0,24       | 1,82      | 0,15      |                      | 172,17     | 51,63      | 174,37    | 1,22       |       |
| 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     | 13,72            | 16,14 | 49,76       | 399,19   | 168,00    | 0,22       | 0,52       | 2,99      | 0,38      |                      | 288,17     | 74,13      | 319,87    | 2,35       |       |
| <b>Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)</b>           |       |                                                           |         |                  |       |             |          |           |            |            |           |           |                      |            |            |           |            |       |
| 401/2014 Дели плюс                        | 12874 | Ряженка                                                   | 180     | 5,37             | 4,63  | 7,77        | 94,17    | 37,00     | 0,04       | 0,24       | 0,56      |           |                      | 229,40     | 25,90      | 170,20    | 0,19       |       |
|                                           |       | Итого:                                                    | 180     | 5,37             | 4,63  | 7,77        | 94,17    | 37,00     | 0,04       | 0,24       | 0,56      |           |                      | 229,40     | 25,90      | 170,20    | 0,19       |       |
| <b>Обед 1 (с 3 до 7 лет)</b>              |       |                                                           |         |                  |       |             |          |           |            |            |           |           |                      |            |            |           |            |       |
|                                           | 14238 | Огурец свежий                                             | 30      | 0,21             | 0,03  | 0,58        | 3,46     |           | 0,01       | 0, <       |           |           |                      |            |            |           |            |       |



**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 |
|        | 15364 | Каша молочная геркулесовая жидкая с сахаром и маслом | 200/5/2 | 5,97  | 8,62  | 29,13 | 217,95 | 29,20 | 0,18 | 0,19 | 1,38 | 0,51 |  |  | 143,99 | 54,58 | 197,05 | 1,23 |
|        | 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     | 11,03 | 16,38 | 55,68 | 413,87 | 73,46 | 0,24 | 0,31 | 2,13 | 0,56 |  |  | 262,03 | 67,97 | 293,05 | 1,74 |

**Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)**

|        |       |                       |     |      |      |       |        |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--------|-------|-----------------------|-----|------|------|-------|--------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
|        | 15923 | Коктейль мол.Милкшейк | 180 | 5,04 | 2,70 | 20,16 | 125,10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Итого: |       |                       | 180 | 5,04 | 2,70 | 20,16 | 125,10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Обед 1 (с 3 до 7 лет)**

|                    |       |                                    |        |       |       |       |        |       |      |      |       |       |  |  |        |       |        |      |
|--------------------|-------|------------------------------------|--------|-------|-------|-------|--------|-------|------|------|-------|-------|--|--|--------|-------|--------|------|
|                    | 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 |
| 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 |
|                    | 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  |  |  | 18,60  |       |        | 1,56 |
| 49/2013            | 13632 | Салат Ароматный                    | 60     | 0,78  | 6,06  | 2,06  | 65,88  |       | 0,02 | 0,02 | 16,32 | 16,87 |  |  | 24,00  | 9,54  | 19,82  | 0,37 |
| 378/2014 Дели плюс | 13299 | Кисель из ягод                     | 180    | 0,20  | 0,08  | 14,32 | 58,61  |       | 0,01 | 0,01 | 39,84 | 0,14  |  |  | 9,14   | 6,18  | 9,81   | 0,29 |
| Итого:             |       |                                    | 680    | 24,82 | 33,48 | 94,27 | 777,84 | 19,50 | 0,26 | 0,17 | 60,28 | 24,77 |  |  | 106,12 | 71,43 | 221,24 | 5,47 |

**Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)**

|                    |       |                                            |        |       |       |        |          |        |      |      |       |       |  |  |        |        |        |       |
|--------------------|-------|--------------------------------------------|--------|-------|-------|--------|----------|--------|------|------|-------|-------|--|--|--------|--------|--------|-------|
|                    | 13582 | Десерт фруктовый (груша)                   | 80     | 0,32  | 0,24  | 8,24   | 36,40    |        | 0,02 | 0,02 | 4,00  | 0,32  |  |  | 15,20  | 9,60   | 12,80  | 1,84  |
| 41/2011 Дели принт | 13089 | Салат из моркови с сахаром                 | 60     | 0,75  | 0,06  | 6,97   | 31,39    |        | 0,03 | 0,04 | 2,88  | 0,23  |  |  | 15,64  | 21,89  | 31,68  | 0,41  |
| 392/2014 Дели плюс | 12624 | Чай с сахаром                              | 180    |       |       | 9,96   | 39,92    |        |      |      |       |       |  |  | 0,30   |        |        | 0,03  |
|                    | 15932 | Пудинг из творога с молоком сгущ. Дружба С | 120/20 | 2,85  | 4,96  | 2,32   | 65,32    | 30,00  | 0,02 | 0,08 | 0,20  | 0,97  |  |  | 71,93  | 8,50   | 69,80  | 3,06  |
|                    | 15914 | Печенье тарталетки                         | 22     | 0,70  | 2,40  | 8,30   | 57,60    |        |      |      |       |       |  |  |        |        |        |       |
| Итого:             |       |                                            | 482    | 4,62  | 7,66  | 35,81  | 230,63   | 30,00  | 0,07 | 0,15 | 7,08  | 1,52  |  |  | 103,07 | 39,89  | 114,28 | 5,34  |
| Итого:             |       |                                            | 1 769  | 45,51 | 60,21 | 205,83 | 1 547,24 | 122,96 | 0,67 | 0,63 | 69,49 | 26,85 |  |  | 471,22 | 179,39 | 628,58 | 12,64 |