

Общество с ограниченной ответственностью «ГАММА-плюс»

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель МБУ детский сад
№ 146 «Солнечный»
Ладыжка (Е.Т. Ладыжка)



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «ГАММА-плюс»

Т.В. Солоднева Т.В. Солоднева

Примерное цикличное меню для организации питания детей, в возрасте с 1 до 3 лет, посещающих с 12-часовым пребыванием дошкольные образовательные учреждения г.о. Тольятти, в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов питания

16.12.24-28.12.24

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

г.о. Тольятти

14630	Чай с молоком	150	1,33	1,47	9,15	55,18	9,20	0,02	0,07	0,60				55,41	6,44	41,40	0,07
		Итого:	332	7,67	9,91	49,36	216,89	62,32	0,11	0,22	1,88	0,07		159,23	19,71	124,84	1,23
Завтрак 2 (до 3 лет)																	
15439	Напиток сывороточный	150	0,05	0,08	14,25	66,00											
		Итого:	150	0,05	0,08	14,25	66,00										
Обед (до 3 лет)																	
14017	Винегрет овощной	40	0,57	2,48	3,49	38,55		0,02	0,02	4,30	1,13			10,13	9,75	18,96	0,36
15239	Витаминный стол С (лук, чеснок)	5	0,21	0,02	1,01	5,05		0,00	0,00	0,56	0,17			5,54	1,19	4,30	0,06
14682	Суп гороховый на кур.бульоне	150	6,06	2,75	11,89	96,52	5,25	0,17	0,07	7,39	0,27			27,82	24,70	76,12	1,47
15852	Запеканка картофельная с говядиной С	150	9,79	13,48	26,11	264,93	1,05	0,18	0,10	29,71	2,68			18,40	35,74	92,73	1,47
14831	Напиток лимонный	150	0,11	0,01	5,35	21,94		0,00	0,00	4,80	0,02			4,95	1,44	0,26	0,09
14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04		0,03	0,01					4,20	6,10	20,40	0,54
ТТК	12846	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02				14,10	8,10	20,40	1,17
		Итого:	540	20,08	19,32	66,67	529,45	6,31	0,47	0,23	49,78	5,24		88,14	73,93	212,97	6,16
Уютный полдник (до 3 лет)																	
14116	Салат из моркови с яблоками	40	0,44	0,08	3,56	16,75		0,02	0,02	2,64	0,14			9,93	12,42	17,75	0,46
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	6,80	1,32
15421	Вареники ленивые отварные с молоком сгущ.	100/20	20,10	4,81	27,29	232,85	14,25	0,03	0,06	0,20	0,20			70,72	9,35	66,77	1,62
14670	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	26,21								0,21			0,02
15532	Пряники в асс. 27г.	27	1,35	1,49	20,20	99,61											
		Итого:	397	22,17	6,63	63,84	494,05	14,25	0,07	0,10	8,84	0,46		90,46	27,17	91,32	3,42
		Итого:	1 419	49,85	35,94	194,13	1 307,41	72,88	0,65	0,56	67,17	6,77		334,93	126,91	428,63	9,81

15365	Каша молочная геркулесовая жидкая с сахаром и маслом	150/5/2	4,48	6,83	23,10	171,79	23,90	0,14	0,14	1,03	0,39		106,15	40,84	147,94	0,93
14633	Кофейный напиток с молоком	150	2,30	2,40	12,23	79,74	15,00	0,03	0,11	0,28			90,21	10,50	67,60	0,10
		Итого:	337	6,69	14,84	45,89	388,19	72,19	0,19	0,28	7,04	0,44	248,26	55,82	265,44	1,33

Завтрак (до 9 лет)

15439	Напиток сыровоточный	150	0,05	0,08	14,25	66,00										
		Итого:	150	0,05	0,08	14,25	66,00									

Обед (до 9 лет)

13874	Салат Здоровье	40	0,70	7,34	2,77	79,94		0,02	0,02	3,05	3,33		11,35	10,23	19,64	0,36
14811	Рассольник ленинградский на кур.бульоне	150	4,04	5,50	10,33	106,69	5,63	0,08	0,06	10,54	1,46		21,34	19,32	68,64	0,85
2782014 Дель искус	Жаркое по-домашнему из говядины	25/125	10,31	11,01	22,42	230,00		0,19	0,16	27,50	1,93		21,35	31,97	63,25	2,38
14831	Напиток лимонный	150	0,11	0,01	5,35	21,84		0,00	0,00	4,60	0,02		4,66	1,44	0,20	0,09
12784	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
12846	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,84	59,43		0,05	0,02		0,42		14,10			1,17
		Итого:	640	19,91	24,91	61,89	643,63	6,63	0,39	6,28	48,89	7,61	76,69	73,76	189,18	6,56

Уплотненный полдник (до 9 лет)

14118	Салат из моркови с яблоками	40	0,44	0,06	3,58	18,75		0,02	0,02	2,64	0,14		9,93	12,42	17,75	0,46
15886	Запеканка творожная с крошкой Дружба с молоком	75/10	11,86	13,34	34,12	303,98	43,50	0,03	0,06	0,10	0,46		40,84	5,95	48,73	2,40
15305	Чай без сахара	150	0,04	0,01	0,01	0,31										
15387	Печенье Сахарное	20	1,50	1,96	14,68	83,16										
13097	Десерт фруктовый яблоко	80	0,32	0,32	7,84	35,82		0,02	0,02	3,05	0,02		12,80	7,20	8,80	1,76
		Итого:	375	14,18	16,71	66,44	439,72	43,98	0,07	0,10	10,74	0,63	82,87	26,88	76,28	4,62
		Итого:	1 402	42,61	55,24	182,21	1 404,64	121,93	0,66	0,87	86,87	8,89	396,50	165,16	630,91	11,61

Суббота

Завтрак (до 9 лет)

3/2011 Дельна проект	12811	Батон с маслом и сыром	200/6	2,72	5,71	10,35	103,68	33,26	0,02	0,03	0,04	0,00	49,88	4,39	40,00	0,30
15568	Каша молочная рисовая жидкая с сахаром и маслом	150/5/2	3,93	4,22	25,83	156,99	23,84	0,05	0,13	1,03	0,11		98,99	22,73	108,83	0,34
14830	Чай с молоком	150	1,33	1,47	9,15	55,18	8,20	0,02	0,07	0,65			95,41	6,44	41,40	0,07
		Итого:	337	7,99	11,49	45,33	315,82	64,39	0,08	0,23	1,68	0,16	244,28	33,56	188,23	0,71

Завтрак (до 9 лет)

2882014 Дельна проект	12884	Сок	180	0,76	0,15	15,15	64,95		0,02	0,02	3,00	0,18	10,50	6,00	10,50	2,10
		Итого:	150	0,74	0,15	15,19	64,95		0,02	0,02	3,00	0,18	10,50	6,00	10,50	2,10

Обед (до 9 лет)

15236	Витаминный суп С (лук, чеснок)	5	0,21	0,92	1,01	5,05		0,00	0,00	0,56	0,17		5,54	1,19	4,30	0,06
13337	Салат Степной	40	0,65	1,59	3,40	30,39		0,03	0,02	3,92	0,74		10,26	8,58	19,88	0,30
14790	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	150	3,97	5,54	5,71	98,56	6,00	0,05	0,06	19,25	15,61		35,84	18,99	55,59	0,77
14950	Мякоть цыпленка тушеная в сметанном соусе	40/40	5,34	4,50	14,78	124,55	10,00	0,01	0,01	0,04	0,08		10,52	1,45	5,92	0,07
15234	Макаронные отварные А Я	100/6	3,65	5,45	24,68	163,15		0,06	0,01				10,70	5,84	31,38	0,59
12819	Кисель из ягод	150	0,17	0,07	9,47	38,14		0,06	0,01	39,20	0,12		6,38	5,15	5,75	0,54
14817	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	8,78	34,04		0,03	0,01		0,36		4,30	8,10	20,40	0,24
12846	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,84	59,43		0,05	0,02		0,42		14,10			1,17
		Итого:	575	17,82	18,13	77,76	644,33	16,00	0,23	0,14	56,97	20,21	87,66	47,30	146,21	3,74

Уплотненный полдник (до 9 лет)

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	7,96	16,74	0,32	
12833	Десерт фруктовый (яблоко)	60	0,24	0,24	5,88	28,64		0,02	0,01	6,00	0,12		9,60	5,40	6,60	1,32	
2820011	15827	Котлета рубленая (говядина, птица)	60	7,81	10,80	9,44	186,21	2,80	0,05	0,04	0,18	2,01		37,09	13,52	42,21	0,62
14671	Каша гречневая вязкая	100	3,08	3,34	13,89	97,94	14,00	0,10	0,06		0,23		5,78	46,51	73,33	1,83	
14670	Чай с сахаром	180	0,04	0,01	6,99	28,21							0,21			0,02	
12784	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46		5,80	10,80	27,20	0,72	
15532	Пяники в асф. зтг.	27	1,35	1,49	20,20	99,61											
		Итого:	457	15,13	18,19	89,18	590,80	16,80	0,23	0,13	29,69	2,87	81,76	86,21	166,09	4,89	
		Итого:	1 519	41,39	47,87	207,39	1 426,00	89,19	0,61	0,51	82,13	23,40	394,04	173,06	511,02	11,48	