

Общество с ограниченной ответственностью «ГАММА-плюс»

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель МБДОУ «Детский сад № 146 «Солнечный» г.о. Тольятти»
Лагуна (Е.Т. Лагуна)



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «ГАММА-плюс»

Т.В. Солоднева Т.В. Солоднева

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

23.06.2025-04.07.2025

РАЗРАБОТЧИКИ:

Зам. директора по производству

Замосин А.П. Замосин

Технолог СФ О.Г. Филатова

Технолог СМ Е.М. Семенова

г.о. Тольятти

на период с 23.06.2025г. по 27.06.2025

Пятница

3/2011 Дели принт	12611	Батон с маслом и сыром	20/5/5	2,72	5,71	10,35	103,66	33,26	0,02	0,03	0,04	0,05			49,66	4,39	40,00	0,30
	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			108,15	40,94	147,94	0,93
	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:			337	8,54	14,01	42,59	330,62	66,38	0,18	0,24	1,67	0,44			213,44	51,76	229,34	1,30
Завтрак 2 (до 3 лет)																		
	15437	Напиток сывороточный	130	0,04	0,07	12,35	50,19											
Итого:			130	0,04	0,07	12,35	50,19											
Обед (до 3 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
	14676	Суп лапша домашняя на кур.бульоне	150	5,06	6,37	8,59	111,97	14,63	0,04	0,05	1,76	1,55			22,00	8,13	51,82	1,28
ТТК	14169	Плов из мяса свинины	30/100	11,22	16,37	27,37	301,71		0,04	0,02	1,35	1,76			14,00	23,75	64,91	0,54
	14618	Компот из ягод	150	0,15	0,06	16,07	65,42		0,01	0,01	30,00	0,15			5,85	4,65	4,95	0,24
ТТК	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
	12846	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42			14,10			1,17
Итого:			520	20,69	27,49	74,34	627,66	14,63	0,20	0,13	43,63	6,49			86,70	54,70	165,78	4,35
Уютный полдник (до 3 лет)																		
ТТК	12833	Десерт фруктовый (яблоко)	80	0,24	0,24	5,88	26,64		0,02	0,01	6,00	0,12			9,60	5,40	6,60	1,32
	14940	Салат из моркови с сахаром	40	0,05	0,04	2,15	9,16		0,02	0,03	2,02	0,52			10,95	15,32	22,18	0,29
	15873	Пудинг из творога с молоком сгущ.Дружба	100/10	17,83	8,38	24,43	196,76	32,50	0,04	0,06	0,12	0,49			49,51	11,84	57,26	1,85
	15305	Чай без сахара	150	0,04	0,01	0,01	0,31											
	15914	Печенье тарталетки	22	0,70	2,40	8,30	57,60											
Итого:			362	18,86	11,07	40,77	290,47	32,50	0,08	0,10	8,13	1,13			70,05	32,56	85,03	3,46
Итого:			1 369	48,13	52,65	170,06	1 298,65	113,49	0,46	0,47	63,33	8,07			380,20	139,02	481,16	9,11

Согласовано _____

Согласовано _____
Директор ООО "ГАММА-плюс"

/ Солодков И. П. /

Циклическое меню Ясли 4-х разовое

на период с 30.06.2025г. по 04.07.2025

Сборник рецептов	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)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)
Понедельник																		

Понедельник

Завтрак 1 (до 3 лет)

3/2011 Дели принт	12811	Батон с маслом и сыром	20/5/5	2,72	5,71	10,35	103,66	33,26	0,02	0,03	0,04	0,05		49,88	4,39	40,00	0,30	
	15048	Каша молочная манная жидкая с печеньем	150	3,50	4,15	14,59	134,68	24,20	0,05	0,13	1,05	0,19		103,65	13,54	83,60	0,23	
	14633	Кофейный напиток с молоком	150	2,30	2,40	12,23	79,74	15,00	0,03	0,11	0,98			90,21	10,50	87,50	0,10	
Итого:			330	8,52	12,27	37,17	318,08	72,46	0,10	0,27	2,06	0,24		243,74	28,43	191,10	0,63	
15439	Напиток сыровоточный	150	0,05	0,08	14,25	66,00												
Итого:			150	0,05	0,08	14,25	66,00											

Обед (до 3 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	
	13043	Суп картофельный с рисом на кур.бульоне	150	3,93	3,99	10,62	94,12	5,63	0,08	0,06	10,34	0,34		19,06	18,64	62,75	0,79	
ТТК	14934	Шницель Любительский (курица,говядина)	50	6,50	7,50	5,00	113,50											
	14671	Каша гречневая вязкая	100	3,08	3,34	13,89	97,94	14,00	0,10	0,05		0,23				0,06		
	14631	Компот из яблок	150	0,14	0,14	9,32	39,05		0,01	0,01	3,40	0,07		5,78	48,51	73,33	1,63	
	12794	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46		5,62	3,06	3,74	0,77	
ТТК	12846	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42		14,10	10,80	27,20	0,72	
Итого:			515	17,58	15,85	60,39	452,70	19,63	0,30	0,17	17,56	1,82		52,30	84,06	171,06	5,21	

Уплотненный полдник (до 3 лет)

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	
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	
	15514	Вареники с картофелем с маслом	125/5	0,04	7,11	34,86	203,55	0,02	0,00	0,01		0,05		1,20		1,50	0,01	
	15305	Чай без сахара	150	0,04	0,01	0,01	0,31											
	12794	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46		5,62	3,06	3,74	0,77	
	13651	Вафли в асс 18 г.	18	1,03	5,22	11,16	95,74							14,10	10,80	27,20	0,72	
Итого:			418	3,33	15,27	61,66	397,38	0,02	0,08	0,04	8,60	1,73		22,71	21,39	45,48	2,24	
Итого:			1 413	29,47	43,26	173,47	1 234,16	92,11	0,48	0,48	28,22	3,59		318,75	133,88	408,63	8,08	

Вторник

Завтрак 1 (до 3 лет)

2/2011 Дели принт	12797	Батон с маслом	20/5	1,54	4,21	10,35	85,39	20,00	0,02	0,01		0,05		5,00	2,60	14,50	0,25	
	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	
215 Дели принт	13601	Омлет натуральный	80	6,73	12,44	1,45	144,68	4,60	0,01	0,03	0,30	1,51		28,44	3,33	21,14	0,04	
	15537	Повидло порционное С	10	0,04		6,57	26,42		0,00	0,00				1,41	0,71	0,91	0,13	
	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:			285	9,92	18,14	28,96	318,74	33,80	0,06	0,13	1,95	1,88		96,93	21,06	89,50	0,63	

Завтрак 2 (до 3 лет)

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 (до 3 лет)

Табл №24/96	13527	Огурец свежий	30	0,21	0,03	0,58	3,46		0,01	0,01	2,14	0,03	0,02	5,20	4,28	9,18	0,15	
	14766	Суп с макаронными изделиями на кур. бульоне	150	3,28	4,74	9,19	92,52	3,90	0,03	0,02	1,59	1,54		9,80	5,80	32,04	0,41	
	15570	Фрикадельки рыбные запеченные с соусом молочным	60/10	10,68	5,01	4,31	105,05	21,82	0,09	0,10	0,08	1,29		50,40	6,04	33,69	1,95	
	14824	Картофельное пюре	110	2,41	3,72	16,19	107,93	18,88	0,12	0,10	19,03	0,13		35,23	24,30	72,14	0,80	
	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	
	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:			575	21,54	14,29	65,45	476,59	44,60	0,38	0,28	27,64	6,31	0,02	131,38	55,36	181,32	5,97	

Уплотненный полдник (до 3 лет)

282/2014 Дели принт	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	
	15848	Биточки рубленые	50	6,54	9,13	7,79	139,53	2,34	0,04	0,03	0,15	1,70		19,66	10,51	32,71	0,67	
	15059	Каша пшенная вязкая с маслом раст.	150/5	4,31	6,23	24,94	173,09		0,16	0,02		2,33		11,97	31,24	87,85	1,03	
	14670	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28,21							0,21			0,02	
	12794	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46		5,62	10,80	27,20	0,72	
	13817	Плюшка Московская	30	2,56	2,10	18,78	104,21	2,00	0,04	0,01		1,10		5,76	3,73	20,97	0,49	
Итого:			445	15,82	19,77	71,38	526,73	4,34	0,29	0,09	15,30	7,14		63,27	63,38	181,97	3,18	
Итого:			1 455	51,74	56,05	172,26	1 400,45	113,54	0,77	0,70	45,35	15,33	0,02	482,55	161,34	594,47	9,94	

Среда

Завтрак 1 (до 3 лет)

3/2011 Дели принт	12811	Батон с маслом и сыром	20/5/5	2,72	5,71	10,35	103,66	33,26	0,02	0,03	0,04	0,05		49,88	4,39	40,00	0,30	
	15376	Каша молочная кукурузная жидкая с сахаром и маслом	150/5/2	4,70	4,23	29,87	176,33	23,12	0,07	0,14	0,98	0,02		98,82	10,67	68,94	0,92	
	14679	Какао с молоком	150	3,15	3,24	12,51	91,86	18,40	0,04	0,14	1,20			113,20	21,38	95,90	0,56	
Итого:			337	10,58	13,18	52,73	371,85	74,78	0,13	0,31	2,21	0,07		261,90	36,44	204,84	1,77	

Завтрак 2 (до 3 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 3 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	
	14790	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	150	3,97	5,54	5,71	88,56	6,00	0,05	0,06	19,25	15,61		35,84	16,99	55,59	0,77	
ТТК	14169	Плов из мяса свинины	30/100	11,22	16,37	27,37	301,71		0,04	0,02	1,36	1,76		14,00	23,75	64,91	0,54	
	15074	Компот из сливы	150	0,12	0,05	16,41	66,53		0,09	0,06	15,00	0,90		30,45	13,50	30,00	0,80	
	12794	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46		5,62	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	10,80	27,20	0,72	
Итого:			495	19,24	22,84	71,05	564,89	6,00	0,29	0,19	39,43	19,25		102,13	68,10	181,68	4,13	

Уплотненный полдник (до 3 лет)

	14940	Салат из моркови с сахаром	40	0,05	0,04	2,15	9,16		0,02	0,03	2,02	0,52		10,95	15,32	22,18	0,29	
	15874	Пудинг из творога с молоком сгущ.Дружба	75/10	13,37	6,28	147,92	147,92	24,30	0,03	0,05	0,11	0,38		45,16	9,75	48,73	1,39	
	15305	Чай без сахара	150	0,04	0,01	0,01	0,31											
	15722	Печенье Овсяное	23	1,38	4,60	14,49	104,88											
	13304	Десерт фруктовый яблоко	100	0,40	0,40	9,80	44,40		0,03	0,02	10,00	0,03		16,00	9,00	11,00	2,20	
Итого:			398	15,24	11,33	174,37	306,87	24,30	0,08	0,10	12,13	0,93		72,10	34,08	81,91	3,88	
Итого:			1 380	45,10	47,23	312,40	1 309,41	105,08	0,51	0,59	53,77	20,25		436,13	138,61	468,42	9,78	

Четверг

Завтрак 1 (до 3 лет)

3/2011 Дели принт	12811	Батон с маслом и сыром	20/5/
-------------------	-------	------------------------	-------

Итого: 1 455 48,22 50,12 163,83 1 343,01 129,54 0,74 0,88 42,04 10,85 379,24 149,99 621,70 10,79

Пятница

Завтрак 1 (до 3 лет)

3/2011	Дата принт	12811	Батон с маслом и сыром	20/5/5	2,72	5,71	10,35	103,66	33,26	0,02	0,03	0,04	0,05			49,88	4,39	40,00	0,30
		15363	Каша молочная ячневая жидкая с сахаром и маслом	150/5/2	3,66	4,01	18,29	123,86	22,76	0,07	0,13	0,96	0,25			102,29	17,90	118,70	0,37
		14633	Кофейный напиток с молоком	150	2,30	2,40	12,23	79,74	15,00	0,03	0,11	0,96				90,21	10,50	67,50	0,10
				Итого:	337	8,67	12,12	40,87	307,26	71,02	0,12	0,26	1,97	0,30		242,38	32,78	226,20	0,77

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)

№24/94	14895	Суп крестьянский с крупой на курином бульоне	150	4,48	5,82	8,43	104,03	6,60	0,05	0,05	12,92	9,96			33,19	16,54	71,35	0,79
	15904	Азу из свинины	30/100	9,92	17,30	12,80	246,58		0,09	0,05	14,26	2,34			13,69	18,01	46,63	0,79
	6664	Помидор свежий	20	0,22	0,04	0,78	4,36		0,01	0,01	5,10	0,22	0,22	1,22	2,86	4,08	5,30	0,18
	14618	Компот из ягод	150	0,15	0,06	16,07	65,42		0,01	0,01	30,00	0,15			5,85	4,65	4,95	0,24
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04		0,03	0,01		0,35			4,20	8,10	20,40	0,54
ТТК	12846	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42			14,10			1,17
Итого:			495	18,10	23,81	56,80	513,86	6,60	0,25	0,16	62,28	13,43	0,22	1,22	73,89	51,38	148,63	3,70

Уплотненный полдник (до 3 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	
	15868	Запеканка творожная с крошкой Дружба с молоком сгущенным	100/10	14,72	7,19	33,99	259,55	58,00	0,04	0,08	0,10	0,54			43,78	6,79	58,60	3,19	
	14670	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28,21								0,21			0,02	
	13880	Печенье Сахарное 13 гр (1 шт)	13	1,00	2,34	8,70	59,86												
				Итого:	373	16,37	11,88	59,02	408,46	58,00	0,07	0,11	9,18	1,88		62,74	22,43	79,66	5,12
			Итого:	1 355	43,19	47,89	170,94	1 295,58	135,62	0,44	0,54	73,43	15,61	0,22	1,22	379,02	106,60	454,49	9,59