

Закрытое акционерное общество комбинат школьного питания «Дружба»

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель



Ширшова Е.В.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ЗАО КШП «Дружба»



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

РАЗРАБОТЧИКИ:

Зам. директора по производству

Замотин П. Замотин

Технолог *Филатова* О.Г. Филатова

Технолог *Семенова* Е.М. Семенова

Согласовано _____

Согласовано
 Директор ЗАО КШП "Дружба"
 _____ / Т.В. Солоднева /

Цикличное меню Сад 4-х разовое без молока

на период с 23.12.2024г. по 28.12.2024

Сборник рецептур	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					ХЕ	
				Белки	Жиры	Углево-ды	Ккал	А (мг)	В1 (мг)	В2 (мг)	С (мг)	Е (мг)	Zn (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)
Понедельник																			
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																			
	8322	Морковь порционная	25	0,33	0,03	1,75	8,59		0,02	0,02	1,25	0,10			6,75	9,50	13,75	0,18	
таб 4/96	19002	Каша гречневая вязкая с сахаром	200	6,30	1,65	30,55	162,23		0,22	0,10		0,40		10,06	100,00	149,00	3,36		
392/2014 Дели плюс	14384	Чай с сахаром	180			9,98	39,92							0,30			0,03		
ПП	14714	Батон	40	3,00	1,16	20,56	104,68		0,04	0,01				7,60	5,20	26,00	0,48		
		Итого:	445	9,63	2,84	62,84	315,42		0,28	0,13	1,25	0,50		24,71	114,70	188,75	4,05	5,24	
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																			
Таб.№24/96	7947	Десерт фруктовый (груша)	160	0,64	0,48	16,48	72,80		0,03	0,05	8,00	0,64	0,06	0,32	30,40	19,20	25,60	3,68	
		Итого:	160	0,64	0,48	16,48	72,80		0,03	0,05	8,00	0,64	0,06	0,32	30,40	19,20	25,60	3,68	1,37
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																			
таб. 24/96	18920	Витаминный стол (лук,чеснок)	5	0,04	0,01	0,25	1,21		0,00	0,00	0,30	0,01		0,93	0,42	1,74	0,02		
33/2011 Дели принт	14769	Салат из свеклы	40	0,60	2,44	3,52	38,42		0,01	0,02	4,00	1,11		14,80	8,80	17,25	0,56		
132/96	17788	Суп из овощей на курином бульоне	200	5,15	6,44	9,32	115,82	7,50	0,09	0,08	18,27	1,54		33,00	22,87	77,00	1,00		
ТТК	18987	Котлета рыбная "Веста" из минтая	70	9,65	8,93	5,68	141,65										0,14		
318/2014 Дели плюс	14644	Картофель отварной	150	3,00	5,01	24,45	154,85		0,18	0,11	30,00	2,11		18,86	34,73	87,88	1,38		
372/2014 Дели плюс	14391	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		
	14394	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		0,56		18,80	19,60	62,80	1,56		
ТТК	14398	Хлеб пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	56,73		0,06	0,02		0,58		7,00	13,50	34,00	0,90		
		Итого:	710	23,47	23,82	81,62	634,77	7,50	0,42	0,26	56,65	5,97		100,14	103,59	285,29	6,34	6,80	
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																			
Таб.№24/96	16350	Десерт фруктовый (яблоко)	110	0,56	0,44	12,17	54,88		0,03	0,02	11,00			17,60	9,90	12,10	2,42		
20/14 Дели плюс	15096	Салат из свежей капусты	40	0,62	0,24	3,76	19,62		0,01	0,02	14,40	0,14		16,29	6,57	11,99	0,22		
ТТК	16691	Плов из свинины (карбонад)	30/150	12,62	18,06	41,48	378,95		0,06	0,04	1,78	2,51		19,24	34,08	95,32	0,82		
	14777	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		
ТТК	14398	Хлеб пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	56,73		0,06	0,02		0,58		7,00	13,50	34,00	0,90		
		Итого:	535	16,85	19,24	86,88	588,11		0,18	0,11	30,78	3,40		72,73	71,25	166,01	6,88	7,24	
		Итого:	1 850	50,59	46,38	247,82	1 611,11	7,50	0,91	0,55	96,68	10,52	0,06	0,32	227,98	308,74	665,65	20,94	20,65
Вторник																			
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																			
213/2011 Дели принт	14713	Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	100,00	0,03	0,18		0,24		26,00	4,80	76,80	10,00		
464/96 таб№4	18237	Каша кукурузная вязкая с сахаром	200/5	4,59	6,66	44,25	255,29		0,07	0,04				11,21		0,12	1,51		
392/2014 Дели плюс	14384	Чай с сахаром	180			9,98	39,92							0,30			0,03		
ПП	14700	Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,51		0,03	0,01				5,70	3,90	19,50	0,36		
		Итого:	455	11,94	12,13	69,95	436,72	100,00	0,13	0,22		0,24		43,21	8,70	96,42	11,90	5,83	
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																			
	14648	Сок	200	1,00	0,20	20,20	86,60		0,02	0,02	4,00	0,20		14,00	8,00	14,00	2,80		
		Итого:	200	1,00	0,20	20,20	86,60		0,02	0,02	4,00	0,20		14,00	8,00	14,00	2,80	1,68	
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																			
25/2004	14723	Салат "Степной"	40	0,65	1,58	3,40	30,39		0,03	0,02	3,92	0,74		10,25	8,58	19,88	0,30		
58/2014	19179	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне	200	5,26	7,11	12,53	135,15	7,30	0,06	0,08	18,67	0,16		53,00	30,04	85,01	1,62		
411/96	19032	Бифштекс рубленый из говядины А	53	0,90	6,03		57,86					2,22		3,31	0,20	0,78	0,03		
314/2014 Дели плюс	14656	Каша гречневая вязкая	150	4,58	5,61	20,77	151,87		0,16	0,07		2,25		8,61	72,83	108,76	2,45		
ТТК	15024	Компот из сливы	180	0,14	0,05	7,72	31,93		0,01	0,01	1,80	0,11		3,78	1,62	3,60	0,11		

ПП	14654	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42		14,10	14,70	47,10	1,17	
ТТК	14398	Хлеб пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	56,73		0,06	0,02		0,58		7,00	13,50	34,00	0,90	
			Итого: 678	15,72	21,09	67,66	523,34	7,30	0,37	0,22	24,39	6,47		100,06	141,47	299,12	6,58	5,64

Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)

Таб. №24/96	16536	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	
ТАБ 24/96	15994	Икра кабачковая (консерв)	30	0,63	2,84	2,71	38,92											
300/2014 Дели плюс	14660	Филе куриное отварное	50	16,07	1,30	0,40	77,55	47,60	0,05	0,05	1,38	0,14		16,98	59,36	119,46	1,05	
318/2014 Дели плюс	14644	Картофель отварной	150	3,00	5,01	24,45	154,85		0,18	0,11	30,00	2,11		18,86	34,73	87,88	1,38	
392/2014 Дели плюс	14384	Чай с сахаром	180			9,98	39,92							0,30			0,03	
ТТК	14398	Хлеб пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	56,73		0,06	0,02		0,58		7,00	13,50	34,00	0,90	
			Итого: 495	22,09	9,71	54,72	394,61	47,60	0,30	0,18	37,38	2,94		52,74	113,00	247,93	4,68	4,56
			Итого: 1 828	50,75	43,12	212,54	1 441,27	154,90	0,83	0,65	65,77	9,85		210,01	271,17	657,48	25,96	17,71

Среда

Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)

2/97	18310	Повидло порционное	20	0,08		13,13	52,84		0,00	0,00		0,10		2,83	1,41	1,82	0,26	
Таб №4/96,302/2004	18247	Каша ячневая вязкая с сахаром	200/5	4,44	0,58	34,03	159,07		0,12	0,04		0,67		37,51	22,31	152,67	0,83	
392/2014 Дели плюс	14384	Чай с сахаром	180			9,98	39,92							0,30			0,03	
ПП	14714	Батон	40	3,00	1,16	20,56	104,68		0,04	0,01				7,60	5,20	26,00	0,48	
			Итого: 445	7,52	1,74	77,70	356,51		0,17	0,05		0,77		48,24	28,92	180,49	1,60	6,47

Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)

Таб. №24/96	16145	Десерт фруктовый (груша)	120	0,48	0,36	12,36	54,60		0,02	0,04	6,00	0,48		22,80	14,40	19,20	2,76	
			Итого: 120	0,48	0,36	12,36	54,60		0,02	0,04	6,00	0,48		22,80	14,40	19,20	2,76	1,03

Обед 1 (с 3 до 7 лет)

таб. 24/96	18920	Витаминный стол (лук, чеснок)	5	0,04	0,01	0,25	1,21		0,00	0,00	0,30	0,01		0,93	0,42	1,74	0,02	
22/2014	19361	Салат из картофеля с солеными огурцами	40	0,59	2,09	3,71	36,05		0,03	0,02	4,71	0,96		7,93	9,31	18,99	0,31	
147/2004	10355	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	
300/2014 Дели плюс	14660	Филе куриное отварное	50	16,07	1,30	0,40	77,55	47,60	0,05	0,05	1,38	0,14		16,98	59,36	119,46	1,05	
336/2014 Дели плюс	14718	Капуста свежая тушеная	130	3,10	4,74	12,96	106,85		0,05	0,07	71,22	2,22		82,77	27,34	55,47	1,07	
ТТК	11691	Компот из ягод замороженной	180	0,22	0,09	23,13	94,19		0,01	0,01	43,20	0,22		8,42	6,70	7,13	0,35	
ПП	14654	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42		14,10	14,70	47,10	1,17	
ТТК	14398	Хлеб пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	56,73		0,06	0,02		0,58		7,00	13,50	34,00	0,90	
			Итого: 660	28,57	15,26	75,94	555,37	52,80	0,30	0,22	122,94	6,59		151,19	139,07	326,61	5,43	6,33

Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)

40/2014 Дели плюс	15335	Салат из моркови с яблоками и маслом раст.	60	0,53	3,15	5,07	50,72		0,03	0,03	4,52	1,52		13,28	14,72	20,78	0,87		
357/96	7206	Мясо отварное из говядины	40	12,10	10,37	0,24	142,69		0,04	0,10	0,25	12,10	12,10	803,34	14,11	15,47	125,11	1,83	
205/2014 Дели плюс	16098	Макаронные отварные	150/5	5,78	5,68	37,01	222,25		0,09	0,02		3,01		15,86	8,75	46,98	0,89		
	14777	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		
ТТК	14398	Хлеб пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	56,73		0,06	0,02		0,58		7,00	13,50	34,00	0,90		
			Итого: 460	21,46	19,70	71,80	550,32		0,23	0,19	8,37	17,38	12,10	803,34	62,85	59,65	239,46	7,00	5,98
			Итого: 1 685	58,03	37,05	237,80	1 516,79	52,80	0,72	0,49	137,32	25,22	12,10	803,34	285,09	242,04	765,75	16,80	19,82

Четверг

Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)

Таб. №24/96	16061	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	
168/2014	18531	Каша пшеничная вязкая с сахаром	200/5	5,75	1,65	38,24	190,81		0,21	0,02		0,15		13,65	41,50	116,50	1,37	
392/2014 Дели плюс	14384	Чай с сахаром	180			9,98	39,92							0,30			0,03	
ПП	14714	Батон	40	3,00	1,16	20,56	104,68		0,04	0,01				7,60	5,20	26,00	0,48	
			Итого: 495	9,03	3,09	75,64	366,49		0,28	0,05	7,00	0,29		32,75	53,00	150,20	3,42	6,30

Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)

	14777	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	
			Итого: 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	1,52

Обед 1 (с 3 до 7 лет)

54/2014 Дели плюс	16777	Икра морковная	40	0,67	2,04	4,08	37,37		0,03	0,03	2,27	1,03		13,10	13,23	21,86	0,38	
80/2014	17441	Суп картофельный с рисом на кур. бульоне	200	5,24	3,53	14,15	109,31	7,50	0,10	0,08	13,79	0,22		25,41	24,85	83,62	1,05	

411/96	19032	Бифштекс рубленый из говядины А	53	0,90	6,03		57,86				2,22			3,31	0,20	0,78	0,03	
317,529/1997	14676	Гороховое пюре	150	16,90	5,58	35,35	259,22		0,66	0,13		2,33		70,92	65,00	167,29	5,19	
588/96	16572	Компот из сухофруктов	180			7,19	28,74							0,22			0,02	
ТТК	14398	Хлеб пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	56,73		0,06	0,02		0,58		7,00	13,50	34,00	0,90	
ПП	14654	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42		14,10	14,70	47,10	1,17	
Итого:			678	27,90	17,90	84,00	608,66	7,50	0,90	0,29	16,05	6,79		134,06	131,48	354,64	8,74	7,00

Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)

33/2011 Дели принт	14769	Салат из свеклы	40	0,60	2,44	3,52	38,42		0,01	0,02	4,00	1,11		14,80	8,80	17,25	0,56		
Таб. №24/96	7773	Десерт фруктовый (груша)	110	0,44	0,33	11,33	50,05		0,02	0,03	5,50	0,44	0,04	0,22	20,90	13,20	17,60	2,53	
245/2014 Дели принт	16104	Рыба минтай припущенная	80	21,33	1,21	0,16	96,88		0,15	0,15	0,20	0,00		55,69	0,37	1,46	1,10		
318/2011 Дели принт	19265	Картофель отварной	130	2,60	4,34	21,19	134,20		0,16	0,09	26,00	1,83		14,59	30,00	75,80	1,18		
392/2014 Дели плюс	14384	Чай с сахаром	180			9,98	39,92							0,30			0,03		
ТТК	16575	Плюшка Московская	50	4,20	3,49	31,13	172,77	3,50	0,07	0,02		1,83		8,89	6,26	35,59	0,82		
ТТК	14398	Хлеб пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	56,73		0,06	0,02		0,58		7,00	13,50	34,00	0,90		
Итого:			615	31,32	12,14	88,61	588,97	3,50	0,45	0,33	35,70	5,78	0,04	0,22	122,17	72,12	181,70	7,13	7,38
Итого:			1 968	69,15	33,30	266,43	1 642,06	11,00	1,65	0,68	62,35	13,04	0,04	0,22	301,58	263,80	699,14	21,80	22,20

Пятница

Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)

213/2011 Дели принт	14713	Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	100,00	0,03	0,18		0,24		26,00	4,80	76,80	10,00	
392/2014 Дели плюс	14384	Чай с сахаром	180			9,98	39,92							0,30			0,03	
ПП	14714	Батон	40	3,00	1,16	20,56	104,68		0,04	0,01				7,60	5,20	26,00	0,48	
168/14	18260	Каша геркулесовая с сахаром	200/5	5,33	6,88	31,75	210,22		0,19	0,04		2,56		41,07	56,96	145,86	1,72	
Итого:			465	13,43	12,64	62,59	417,82	100,00	0,27	0,23		2,80		74,97	66,96	248,66	12,23	5,22

Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)

Таб. №24/96	11184	Десерт фруктовый (груша)	130	0,52	0,39	13,39	59,15		0,03	0,04	6,50	0,52	0,05	0,26	24,70	15,60	20,80	2,99	
Итого:			130	0,52	0,39	13,39	59,15		0,03	0,04	6,50	0,52	0,05	0,26	24,70	15,60	20,80	2,99	1,12

Обед 1 (с 3 до 7 лет)

ТТК	16818	Салат "Здоровье"	40	0,70	7,34	2,77	79,94		0,02	0,02	3,05	3,33		11,35	10,23	19,84	0,36	
76/2011	18437	Рассольник "Ленинградский" на кур бульоне	200	5,38	7,33	13,77	142,60	7,50	0,10	0,08	14,06	1,94		28,46	25,76	91,52	1,13	
276/2011	19025	Жаркое по-домашнему из говядины	25/150	10,79	12,06	26,90	259,28		0,20	0,11	33,00	2,41		34,68	38,95	177,19	2,70	
699/2004	18370	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	
	14394	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		0,56		18,80	19,60	62,80	1,56	
ТТК	14398	Хлеб пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	56,73		0,06	0,02		0,58		7,00	13,50	34,00	0,90	
Итого:			660	21,87	27,59	77,08	644,11	7,50	0,46	0,27	55,86	8,84		106,22	109,77	385,67	6,75	6,42

Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)

40/2014 Дели плюс	15335	Салат из моркови с яблоками и маслом раст.	60	0,53	3,15	5,07	50,72		0,03	0,03	4,52	1,52		13,28	14,72	20,78	0,87		
300/2014 Дели плюс	14661	Филе куриное отварное	40	12,86	1,04	0,32	62,03	38,08	0,04	0,04	1,10	0,11		15,78	47,62	96,00	0,86		
315/2014 Дели плюс	7714	Рис отварной	130	3,25	6,31	34,34	207,14		0,04	0,02		2,78		8,50	23,49	70,71	0,50		
	14777	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		
	14392	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:			430	19,26	10,93	66,95	443,21	38,08	0,17	0,12	9,23	5,05		55,76	103,83	227,28	5,47	5,58	
Итого:			1 685	55,08	51,55	220,01	1 564,29	145,58	0,92	0,66	71,59	17,21	0,05	0,26	261,64	296,16	882,41	27,44	18,33

Суббота

Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)

Таб. №24/96	14969	Десерт фруктовый (груша)	100	0,40	0,30	10,30	45,50		0,02	0,03	5,00	0,40		19,00	12,00	16,00	2,30	
168 Дели принт	18243	Каша рисовая вязкая с сахаром на воде	200	3,11	0,44	37,85	167,81		0,04	0,02		0,18		5,54	22,31	66,98	0,47	
392/2014 Дели плюс	14384	Чай с сахаром	180			9,98	39,92							0,30			0,03	
ПП	14714	Батон	40	3,00	1,16	20,56	104,68		0,04	0,01				7,60	5,20	26,00	0,48	
Итого:			520	6,51	1,90	78,69	357,91		0,10	0,06	5,00	0,58		32,44	39,51	108,98	3,28	6,56

Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)

	14777	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	
Итого:			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	1,52

Обед 1 (с 3 до 7 лет)

25/2004	14723	Салат "Степной"	40	0,65	1,58	3,40	30,39		0,03	0,02	3,92	0,74			10,25	8,58	19,88	0,30	
таб. 24/96	18920	Витаминный стол (лук,чеснок)	5	0,04	0,01	0,25	1,21		0,00	0,00	0,30	0,01			0,93	0,42	1,74	0,02	
	17734	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне С	200	5,29	7,38	7,61	118,04	8,00	0,07	0,07	25,67	1,91			47,78	22,65	74,12	1,03	
301/2014	17881	Мякоть цыпленка тушеная в томатном соусе	40/40	17,53	16,85	2,37	231,30	36,80	0,09	0,14	2,06	0,93			16,91	19,08	151,24	1,31	
205/2014 Дели плюс	16098	Макароны отварные	150/5	5,78	5,68	37,01	222,25		0,09	0,02		3,01			15,86	8,75	46,98	0,89	
703/96	15207	Кисель из ягод	180	0,20	0,08	14,32	58,81		0,01	0,01	39,84	0,14			9,14	6,18	9,81	0,29	
	14394	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		0,56			18,80	19,60	62,80	1,56	
ТТК	14398	Хлеб пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	56,73		0,06	0,02		0,58			7,00	13,50	34,00	0,90	
		Итого: 725		34,36	32,42	92,18	797,96	44,80	0,42	0,32	71,79	7,87			126,68	98,76	400,57	6,30	7,68

Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)

Таб. №24/96	10235	Десерт фруктовый (яблоко)	90	0,36	0,36	10,17	45,36		0,03	0,02	9,00				14,40	8,10	9,90	1,98	
45/2004	12423	Салат из квашенной капусты	40	0,90	2,03	3,77	36,95		0,01	0,01	14,32	0,90			23,57	7,98	16,74	0,32	
411/96	19032	Бифштекс рубленный из говядины А	53	0,90	6,03		57,86					2,22			3,31	0,20	0,78	0,03	
314/2014 Дели плюс	14656	Каша гречневая вязкая	150	4,58	5,61	20,77	151,87		0,16	0,07		2,25			8,61	72,83	108,76	2,45	
392/2014 Дели плюс	14802	Чай без сахара	180																
	9349	Мармелад в асс.	15	0,01	0,02	11,39	45,74												
ТТК	14398	Хлеб пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	56,73		0,06	0,02		0,58			7,00	13,50	34,00	0,90	
		Итого: 553		8,90	14,37	57,40	394,50		0,25	0,12	23,32	5,94			56,90	102,61	170,17	5,67	4,78
		Итого: 1 978		50,67	48,87	246,45	1 628,31	44,80	0,79	0,52	103,71	14,57			228,61	248,08	692,32	17,77	20,54

Согласовано _____

_____/_____/_____

Согласовано
Директор ЗАО КШП "Дружба"

_____/ Т.В. Солоднева /

Цикличное меню Сад 4-х разовое без молока

на период с 09.01.2025г. по 10.01.2025

Сборник рецептур	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					ХЕ	
				Белки	Жиры	Углево-ды	Ккал	А (мг)	В1 (мг)	В2 (мг)	С (мг)	Е (мг)	Zn (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)
Четверг																			
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																			
Таб.№24/96	8277	Десерт фруктовый (груша)	70	0,28	0,21	7,21	31,85		0,01	0,02	3,50	0,28	0,28	1,40	13,30	8,40	11,20	1,61	
168 Дели принт	18243	Каша рисовая вязкая с сахаром на воде	200	3,11	0,44	37,85	167,81		0,04	0,02		0,18			5,54	22,31	66,98	0,47	
392/2014 Дели плюс	14384	Чай с сахаром	180			9,98	39,92								0,30			0,03	
ПП	14714	Батон	40	3,00	1,16	20,56	104,68		0,04	0,01					7,60	5,20	26,00	0,48	
			Итого: 490	6,39	1,81	75,60	344,26		0,09	0,05	3,50	0,46	0,28	1,40	26,74	35,91	104,18	2,59	6,30
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																			
	14777	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	
			Итого: 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	1,52
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																			
45/2004	12423	Салат из квашенной капусты	40	0,90	2,03	3,77	36,95		0,01	0,01	14,32	0,90			23,57	7,98	16,74	0,32	
147/2004	10355	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	
300/2014 Дели плюс	14660	Филе куриное отварное	50	16,07	1,30	0,40	77,55	47,60	0,05	0,05	1,38	0,14			16,98	59,36	119,46	1,05	
314/2014 Дели плюс	14656	Каша гречневая вязкая	150	4,58	5,61	20,77	151,87		0,16	0,07		2,25			8,61	72,83	108,76	2,45	
ТТК	11691	Компот из ягод замороженной	180	0,22	0,09	23,13	94,19		0,01	0,01	43,20	0,22			8,42	6,70	7,13	0,35	
	14392	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	
	14394	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		0,56			18,80	19,60	62,80	1,56	
			Итого: 680	30,58	16,12	85,28	608,55	52,80	0,39	0,22	61,03	6,58			95,05	185,00	384,81	7,00	7,11
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																			
Таб.№24/96	14908	Десерт фруктовый (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,40		0,03	0,02	10,00	0,20			16,00	9,00	11,00	2,20	
	11176	Икра кабачковая (консерв)	40	0,84	3,78	3,61	51,82												
273/2014	19083	Мясо отварное говядина	50	14,93	12,81	0,26	175,98		0,00	0,00	0,26	0,01			11,87	1,10	153,07	2,21	
318/2014 Дели плюс	14644	Картофель отварной	150	3,00	5,01	24,45	154,85		0,18	0,11	30,00	2,11			18,86	34,73	87,88	1,38	
392/2014 Дели плюс	14384	Чай с сахаром	180			9,98	39,92								0,30			0,03	
ТТК	14398	Хлеб пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	56,73		0,06	0,02		0,58			7,00	13,50	34,00	0,90	
			Итого: 545	21,32	22,32	59,40	523,69		0,27	0,15	40,26	2,89			54,03	58,34	285,95	6,72	4,95
			Итого: 1 895	59,18	40,43	238,45	1 554,44	52,80	0,76	0,43	108,39	10,11	0,28	1,40	188,42	286,45	787,53	18,84	19,87
Пятница																			
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																			
213/2011 Дели принт	14713	Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	100,00	0,03	0,18		0,24			26,00	4,80	76,80	10,00	
168/2014	18531	Каша пшеничная вязкая с сахаром	200/5	5,75	1,65	38,24	190,81		0,21	0,02		0,15			13,65	41,50	116,50	1,37	
392/2014 Дели плюс	14384	Чай с сахаром	180			9,98	39,92								0,30			0,03	
ПП	14700	Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,51		0,03	0,01					5,70	3,90	19,50	0,36	
			Итого: 455	13,10	7,12	63,94	372,24	100,00	0,27	0,21		0,39			45,65	50,20	212,80	11,76	5,33
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																			
Таб.№24/96	14969	Десерт фруктовый (груша)	100	0,40	0,30	10,30	45,50		0,02	0,03	5,00	0,40			19,00	12,00	16,00	2,30	
			Итого: 100	0,40	0,30	10,30	45,50		0,02	0,03	5,00	0,40			19,00	12,00	16,00	2,30	0,86
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																			
таб. 24/96	18920	Витаминный стол (лук,чеснок)	5	0,04	0,01	0,25	1,21		0,00	0,00	0,30	0,01			0,93	0,42	1,74	0,02	
33/2011 Дели принт	14769	Салат из свеклы	40	0,60	2,44	3,52	38,42		0,01	0,02	4,00	1,11			14,80	8,80	17,25	0,56	
	17734	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне С	200	5,29	7,38	7,61	118,04	8,00	0,07	0,07	25,67	1,91			47,78	22,65	74,12	1,03	
411/96	19032	Бифштекс рубленый из говядины А	53	0,90	6,03		57,86					2,22			3,31	0,20	0,78	0,03	

318/2014 Дели плюс	14644	Картофель отварной	150	3,00	5,01	24,45	154,85		0,18	0,11	30,00	2,11			18,86	34,73	87,88	1,38	
588/96	16572	Компот из сухофруктов	180			7,19	28,74								0,22				0,02
	14394	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		0,56			18,80	19,60	62,80	1,56	
ТТК	14398	Хлеб пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	56,73		0,06	0,02		0,58			7,00	13,50	34,00	0,90	
Итого:			693	14,70	21,71	70,23	535,08	8,00	0,39	0,25	59,97	8,48			111,70	99,90	278,56	5,50	5,85

Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)

40/2014 Дели плюс	15335	Салат из моркови с яблоками и маслом раст.	60	0,53	3,15	5,07	50,72		0,03	0,03	4,52	1,52			13,28	14,72	20,78	0,87	
300/2014 Дели плюс	14660	Филе куриное отварное	50	16,07	1,30	0,40	77,55	47,60	0,05	0,05	1,38	0,14			16,98	59,36	119,46	1,05	
205/2014 Дели плюс	16098	Макароны отварные	150/5	5,78	5,68	37,01	222,25		0,09	0,02		3,01			15,86	8,75	46,98	0,89	
	14777	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	
	14392	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:			465	25,00	10,56	69,71	473,84	47,60	0,23	0,13	9,51	5,30			64,32	100,84	227,01	6,05	5,81
Итого:			1 713	53,19	39,69	214,18	1 426,66	155,60	0,91	0,61	74,48	14,58			240,67	262,94	734,37	25,60	17,85