

Закрытое акционерное общество комбинат школьного питания «Дружба»

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель



*Ширшова Г.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



|                         |       |                       |     |       |       |       |        |       |      |      |       |      |  |        |        |        |      |      |
|-------------------------|-------|-----------------------|-----|-------|-------|-------|--------|-------|------|------|-------|------|--|--------|--------|--------|------|------|
| 317/529/19<br>97        | 14755 | 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 |      |
| 699/2004.Т<br>К436/2008 | 14873 | Напиток из апельсинов | 180 | 0,18  | 0,04  | 7,59  | 31,44  |       | 0,01 | 0,01 | 11,88 | 0,04 |  | 6,91   | 2,57   | 4,55   | 0,08 |      |
|                         | 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:                  |       |                       | 660 | 27,87 | 14,49 | 89,17 | 663,70 | 28,96 | 0,87 | 0,30 | 30,98 | 4,18 |  | 149,78 | 133,06 | 375,77 | 9,04 | 7,43 |

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

|                           |       |                                 |       |       |       |        |          |        |      |      |       |       |      |       |        |        |        |       |       |
|---------------------------|-------|---------------------------------|-------|-------|-------|--------|----------|--------|------|------|-------|-------|------|-------|--------|--------|--------|-------|-------|
| табл. 24/199<br>6         | 15393 | 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   |       |       |
| 249/2014.ак<br>т.11.12.18 | 16070 | Рыба минтай запеченная в омлете | 80    | 16,56 | 6,35  | 2,62   | 133,90   | 51,60  | 0,12 | 0,19 | 0,10  | 1,50  |      | 56,98 | 4,00   | 48,24  | 5,72   |       |       |
| 318/2011<br>Дели плюс     | 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<br>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   |       |       |
|                           | 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:                    |       |                                 | 480   | 25,22 | 14,47 | 74,34  | 528,44   | 55,10  | 0,39 | 0,33 | 27,50 | 5,63  |      | 89,76 | 53,85  | 192,83 | 8,58   | 6,20  |       |
| Итого:                    |       |                                 | 1 780 | 68,99 | 45,94 | 220,52 | 1 636,63 | 156,12 | 1,48 | 1,23 | 67,76 | 10,15 | 5,66 | 10,73 | 542,78 | 279,78 | 985,27 | 21,04 | 18,38 |

**Пятница**

**Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)**

|                       |       |  |         |       |       |       |        |       |      |      |      |      |      |        |        |       |        |      |      |
|-----------------------|-------|--|---------|-------|-------|-------|--------|-------|------|------|------|------|------|--------|--------|-------|--------|------|------|
| 3/2011<br>Дели плюс   | 15906 | Батон с маслом и сыром                                 | 30/6/5  | 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   |      |      |
| таб 4/96              | 19167 | Каша молочная геркулесовая жидкая с сахаром и маслом С | 200/5/2 | 5,97  | 8,62  | 29,13 | 217,95 | 8,04  | 0,15 | 0,18 | 1,28 | 5,97 | 5,95 | 5,90   | 132,55 | 46,03 | 172,06 | 1,04 |      |
| 395/2014<br>Дели плюс | 16813 | 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     | 12,23 | 17,51 | 61,40 | 452,07 | 59,30 | 0,22 | 0,35 | 2,49 | 6,02 | 5,95 | 5,90   | 292,63 | 64,32 | 299,56 | 1,58 | 5,12 |

**Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)**

|        |       |                      |     |      |      |       |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |      |
|--------|-------|----------------------|-----|------|------|-------|-------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|------|
| ТТК    | 19279 | Напиток сывороточный | 180 | 0,05 | 0,09 | 17,10 | 69,43 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |      |
| Итого: |       |                      | 180 | 0,05 | 0,09 | 17,10 | 69,43 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 1,43 |

**Обед 1 (с 3 до 7 лет)**

|                       |       |  |       |       |       |       |        |       |      |      |       |      |      |       |        |       |        |      |      |
|-----------------------|-------|--|-------|-------|-------|-------|--------|-------|------|------|-------|------|------|-------|--------|-------|--------|------|------|
| Таб №24/96            | 2391  | Огурец свежий                                      | 30    | 0,21  | 0,03  | 0,58  | 3,43   |       | 0,01 | 0,01 | 2,14  | 0,21 | 0,21 | 1,53  | 5,20   | 4,28  | 9,16   | 0,15 |      |
|                       | 17734 | Щи из свежей капусты с картофелем на кв. 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<br>Дели плюс | 18288 | 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   |      |      |
| 205/2014<br>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   |      |      |
| 688/96                | 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   |      |      |
|                       | 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:                |       |  | 710   | 21,49 | 18,84 | 94,38 | 633,00 | 18,00 | 0,31 | 0,17 | 27,85 | 6,33 | 0,21 | 1,53  | 105,38 | 70,24 | 236,00 | 4,61 | 7,87 |

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

|                       |       |   |        |       |       |        |          |       |      |      |       |       |       |       |        |        |        |      |       |
|-----------------------|-------|---|--------|-------|-------|--------|----------|-------|------|------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|--------|------|-------|
| Таб 24/96             | 7737  | Десерт фруктовый (апельсин)                       | 75     | 0,68  | 0,15  | 6,08   | 28,39    |       | 0,03 | 0,02 | 45,00 | 0,68  | 0,68  | 1,50  | 25,50  | 9,75   | 17,25  | 0,23 |       |
| 38/2014<br>Дели плюс  | 15328 | 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   |      |       |
| ТТК                   | 9344  | Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенным | 100/20 | 14,55 | 19,66 | 31,17  | 359,82   | 0,13  | 0,08 | 0,23 | 0,34  | 14,55 | 14,55 | 4,92  | 122,14 | 19,71  | 176,57 | 0,81 |       |
| 392/2014<br>Дели плюс | 14802 | Чай без сахара                                    | 180    |       |       |        |          |       |      |      |       |       |       |       |        |        |        |      |       |
| ТТК                   | 18357 | Пряники в ас. 27г.                                | 27     | 1,35  | 1,49  | 20,20  | 99,61    |       |      |      |       |       |       |       |        |        |        |      |       |
| Итого:                |       |   | 462    | 17,23 | 21,41 | 62,82  | 512,95   | 0,13  | 0,14 | 0,28 | 49,29 | 15,44 | 15,23 | 6,42  | 162,53 | 48,09  | 220,44 | 1,73 | 5,24  |
| Итого:                |       |   | 1 779  | 51,00 | 57,84 | 235,71 | 1 667,45 | 77,43 | 0,67 | 0,80 | 79,63 | 27,80 | 21,39 | 13,85 | 560,54 | 182,65 | 756,00 | 7,92 | 19,64 |



|   |          |   |         |       |       |        |          |        |      |      |       |      |      |      |        |        |        |       |       |
|---|----------|---|---------|-------|-------|--------|----------|--------|------|------|-------|------|------|------|--------|--------|--------|-------|-------|
| ТТК                                       | 19299    | Пельмени отварные с курицей,с маслом            | 150     | 20,21 | 13,70 | 34,41  | 342,00   | 0,01   | 0,00 | 0,00 |       | 0,02 |      |      |        | 4,18   | 0,22   | 1,35  | 0,04  |
| 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  |
|   | 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:  | 610     | 32,99 | 18,18 | 82,02  | 623,90   | 7,91   | 0,35 | 0,15 | 17,01 | 1,45 |      |      | 75,01  | 88,09  | 199,15 | 4,48  | 6,84  |
| <b>Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)</b> |          |   |         |       |       |        |          |        |      |      |       |      |      |      |        |        |        |       |       |
| Таб №24/96                                | 15395    | Помидор свежий                                  | 20      | 0,22  | 0,04  | 0,78   | 4,37     |        | 0,01 | 0,01 | 5,10  | 0,14 |      |      | 2,86   | 4,08   | 5,30   | 0,18  |       |
| ТТК                                       | 19676    | Биточки рыбные с овощами запеченные             | 80      | 16,41 | 9,06  | 7,12   | 175,59   | 28,49  | 0,04 | 0,08 | 4,79  | 3,42 | 1,33 |      | 79,39  | 14,50  | 69,29  | 0,71  |       |
| 472/96                                    | 14275    | Картофельное пюре                               | 130     | 2,92  | 4,43  | 19,15  | 128,19   | 0,02   | 0,14 | 0,11 | 22,49 | 0,04 | 0,60 | 1,25 | 43,18  | 28,75  | 85,48  | 1,07  |       |
| 392/2014                                  | 14384    | Чай с сахаром                                   | 180     |       |       | 9,98   | 39,92    |        |      |      |       |      |      |      | 0,30   |        |        | 0,03  |       |
| Дели плюс                                 | 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                                       | 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:  | 480     | 25,47 | 17,29 | 77,19  | 566,22   | 32,01  | 0,30 | 0,24 | 32,38 | 5,89 | 1,93 | 1,25 | 140,21 | 84,38  | 272,86 | 3,53  | 6,43  |
|   |          | Итого:  | 1 675   | 76,12 | 54,69 | 213,55 | 1 651,12 | 165,82 | 0,88 | 1,09 | 52,47 | 7,72 | 5,99 | 8,95 | 520,04 | 208,01 | 866,98 | 14,24 | 17,80 |
| <b>Пятница</b>                            |          |   |         |       |       |        |          |        |      |      |       |      |      |      |        |        |        |       |       |
| <b>Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)</b>           |          |   |         |       |       |        |          |        |      |      |       |      |      |      |        |        |        |       |       |
| 3/2011                                    | 15906    | 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  |       |
| Дели пункт                                | 18314    | Каша молочная пшенная жидкая с сахаром и маслом | 200/5/2 | 7,54  | 5,29  | 36,45  | 223,58   | 8,00   | 0,19 | 0,15 | 0,60  | 0,14 | 2,92 | 5,54 | 134,23 | 47,42  | 184,90 | 1,21  |       |
| 394/2014                                  | 14414    | Чай с молоком                                   | 180     | 1,60  | 1,38  | 11,02  | 62,85    |        | 0,01 | 0,07 | 0,33  |      |      | 1,60 | 3,03   | 66,25  | 7,70   | 49,50 | 0,08  |
|   |          | Итого:  | 427     | 12,61 | 12,66 | 62,96  | 419,26   | 41,26  | 0,23 | 0,25 | 0,97  | 0,19 | 4,52 | 8,57 | 252,26 | 60,81  | 280,90 | 1,72  | 5,25  |
| ТТК                                       | 19278    | Напиток сыровоточный                            | 150     | 0,05  | 0,08  | 14,25  | 66,00    |        |      |      |       |      |      |      |        |        |        |       |       |
|   |          | Итого:  | 150     | 0,05  | 0,08  | 14,25  | 66,00    |        |      |      |       |      |      |      |        |        |        |       |       |
| <b>Обед 1 (с 3 до 7 лет)</b>              |          |   |         |       |       |        |          |        |      |      |       |      |      |      |        |        |        |       |       |
| Таб №24/96                                | 15395    | Помидор свежий                                  | 20      | 0,22  | 0,04  | 0,78   | 4,37     |        | 0,01 | 0,01 | 5,10  | 0,14 |      |      | 2,86   | 4,08   | 5,30   | 0,18  |       |
| 86/2011                                   | 17671    | 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  |       |
| 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 |      |      | 31,08  | 38,95  | 101,99 | 1,62  |       |
| 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  |       |
| ТТК                                       | 14398    | Хлеб пшеничный                                  | 25      | 2,15  | 0,33  | 11,30  | 56,73    |        | 0,06 | 0,02 |       |      |      |      | 7,00   | 13,50  | 34,00  | 0,90  |       |
|   | 14394    | Хлеб ржаной                                     | 40      | 2,72  | 0,52  | 15,92  | 79,24    |        | 0,07 | 0,03 |       |      |      |      | 18,80  | 19,60  | 62,80  | 1,56  |       |
|   |          | Итого:  | 640     | 22,85 | 21,53 | 89,48  | 643,10   | 19,50  | 0,40 | 0,25 | 83,64 | 5,97 |      |      | 97,49  | 93,66  | 280,33 | 6,33  | 7,46  |
| <b>Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)</b> |          |   |         |       |       |        |          |        |      |      |       |      |      |      |        |        |        |       |       |
| Таб №24/96                                | 8476     | Десерт фруктовый (яблоко)                       | 80      | 0,32  | 0,32  | 7,84   | 35,52    |        | 0,02 | 0,02 | 8,00  | 0,32 |      |      | 12,80  | 7,20   | 8,80   | 1,76  |       |
| 41/2011                                   | 14521    | 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  |       |
| Дели пункт                                | 229/2014 | Вареники ленивые отварные с молоком слиш.       | 120/20  | 23,82 | 5,77  | 30,44  | 268,95   | 17,10  | 0,04 | 0,07 | 0,20  | 0,24 |      |      | 72,72  | 9,89   | 71,01  | 1,94  |       |
| 392/2014                                  | 14802    | Чай без сахара                                  | 180     |       |       |        |          |        |      |      |       |      |      |      |        |        |        |       |       |
| Дели плюс                                 | 18357    | Пряники в ас. 27г.                              | 27      | 1,35  | 1,49  | 20,20  | 99,61    |        |      |      |       |      |      |      |        |        |        |       |       |
| ТТК                                       |          |   |         |       |       |        |          |        |      |      |       |      |      |      |        |        |        |       |       |
|   |          | Итого:  | 487     | 26,24 | 7,64  | 65,45  | 435,47   | 17,10  | 0,09 | 0,13 | 11,08 | 0,79 |      |      | 101,17 | 38,97  | 111,49 | 4,11  | 5,45  |
|   |          | Итого:  | 1 704   | 61,74 | 41,91 | 232,14 | 1 560,83 | 77,86  | 0,73 | 0,62 | 95,69 | 6,95 | 4,52 | 8,57 | 450,92 | 193,45 | 672,71 | 12,16 | 19,35 |