

Закрытое акционерное общество комбинат школьного питания «Дружба»

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель



Ширшова Е.В.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ЗАО КШП «Дружба»



Солоднева Т.В. 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

П. Замотин П. Замотин

Технолог *О.Г. Филатова* О.Г. Филатова

Технолог *Е.М. Семенова* Е.М. Семенова

Согласовано _____

_____/_____/_____

Согласовано
Директор ЗАО КШП "Дружба"

_____/ Т.В. Солоднева /

Цикличное меню Сад 4-х разовое без молока

на период с 22.07.2024г. по 26.07.2024

| 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) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 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: | | | 420 | 6,11 | 1,60 | 68,39 | 312,41 | | | 0,08 | 0,03 | | | 0,18 | | | 13,44 | 27,51 | 92,98 | 0,98 | 5,70 |
| 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) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ТАБ 24/96 | 15994 | Икра кабачковая (консерв) | 30 | 0,63 | 2,84 | 2,71 | 38,92 | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 | | |
| 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 | Макаронные изделия 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 | | | |
| 588/96 | 16572 | Компот из сухофруктов | 180 | | | 7,19 | 28,74 | | | | | | | | 0,22 | | | | 0,02 | | |
| 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: | | | 670 | 31,81 | 16,97 | 79,87 | 599,44 | 55,10 | 0,34 | 0,19 | 19,65 | 5,68 | | | 87,15 | 119,18 | 324,53 | 5,03 | 6,66 | | |
| Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Таб. №24/9 | 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 | | | |
| Таб. №24/9 | 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 | | | |
| 411/96 | 19673 | Бифштекс рубленый из говядины А | 70 | 1,18 | 7,96 | | 76,37 | | | | | 2,93 | | | 4,37 | 0,26 | 1,02 | 0,03 | | | |
| 476/2013 Самара | 18419 | Картофель запеченный с растительным маслом | 130 | 2,93 | 5,08 | 23,88 | 152,97 | | 0,18 | 0,10 | 29,30 | 2,14 | | | 17,59 | 33,87 | 85,66 | 1,34 | | | |
| 392/2014 Дели плюс | 14802 | Чай без сахара | 180 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ТТК | 19293 | Мармелад в асс. | 10 | | 0,01 | 8,00 | 32,09 | | | | | | | | | | | | | | |
| 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: | | | 505 | 6,77 | 13,70 | 50,81 | 353,60 | | 0,27 | 0,14 | 41,40 | 5,93 | | | 43,02 | 58,01 | 133,69 | 4,00 | 4,23 | | |
| Итого: | | | 1 795 | 45,69 | 32,47 | 219,27 | 1 352,05 | 55,10 | 0,71 | 0,38 | 65,05 | 11,99 | | | 157,62 | 212,71 | 565,19 | 12,81 | 18,27 | | |
| Вторник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 | 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 | | | |
| ТТК | 19746 | Морковь порционная (молодая) | 25 | 0,03 | 0,00 | 0,18 | 0,88 | | 0,00 | 0,00 | 0,13 | 0,01 | | | 0,71 | 1,00 | 1,44 | 0,02 | | | |
| 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: | | | 465 | 9,41 | 2,81 | 74,40 | 360,56 | | 0,26 | 0,12 | 0,13 | 0,51 | | | 21,50 | 107,61 | 178,26 | 4,15 | 6,20 | | |
| Завтрак 2 (с 3 до 7 лет) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Таб. №24/9 | 5532 | Десерт фруктовый (апельсин) | 160 | 1,44 | 0,32 | 12,96 | 60,48 | | 0,06 | 0,05 | 96,00 | 1,44 | 1,44 | 3,20 | 54,40 | 20,80 | 36,80 | 0,48 | | | |
| Итого: | | | 160 | 1,44 | 0,32 | 12,96 | 60,48 | | 0,06 | 0,05 | 96,00 | 1,44 | 1,44 | 3,20 | 54,40 | 20,80 | 36,80 | 0,48 | 1,08 | | |
| Обед 1 (с 3 до 7 лет) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Таб. №24/9 | 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 | | | |
| | 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 | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------|-------|-------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------|--|---------------|--------------|---------------|-------------|-------------|
| 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 | |
| 699/2004,Т 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 | |
| | 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: | | | 675 | 34,49 | 13,86 | 64,55 | 520,90 | | 8,00 | 0,53 | 0,38 | 68,85 | 5,05 | | 153,63 | 92,77 | 258,04 | 6,03 | 5,38 |

Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------|-------|---------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|--------------|-------------|-------------|---------------|--------------|-------------|-------------|---------------|---------------|---------------|--------------|--------------|
| Таб.№24/9 | 16659 | Десерт фруктовый (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,40 | | 0,03 | 0,02 | 10,00 | | | | 16,00 | 9,00 | 11,00 | 2,20 | |
| 16/04 | 14587 | 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 | |
| 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 | |
| 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: | | | 520 | 22,60 | 10,88 | 72,47 | 478,18 | 47,60 | 0,19 | 0,13 | 17,58 | 4,66 | | | 65,98 | 115,05 | 252,14 | 7,18 | 6,04 |
| Итого: | | | 1 820 | 67,95 | 27,87 | 224,38 | 1 420,12 | 55,60 | 1,04 | 0,68 | 182,56 | 11,67 | 1,44 | 3,20 | 295,51 | 336,23 | 725,25 | 17,84 | 18,70 |

Среда

Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------|-------|----------------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|--|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|-------------|-------------|
| Таб.№24/9 | 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 | |
| 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 | 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 | 7,87 | 8,03 | 82,00 | 431,74 | | 0,13 | 0,07 | 3,50 | 0,28 | 0,28 | 1,40 | 32,41 | 13,60 | 37,32 | 3,63 | 6,83 |

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)

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------|-------|---|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------|--|--|--------------|---------------|---------------|-------------|-------------|
| табл.24/199 б | 15394 | Огурец свежий | 25 | 0,18 | 0,03 | 0,49 | 2,94 | | 0,01 | 0,01 | 1,82 | 0,03 | | | 4,42 | 3,64 | 7,80 | 0,13 | |
| 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 | |
| 277/2014 Дели плюс | 18524 | Гуляш из отварного мяса свинины (карбонат) | 40/40 | 11,33 | 18,15 | 2,72 | 219,52 | | 0,01 | 0,01 | 1,08 | 1,01 | | | 5,90 | 4,22 | 10,17 | 0,17 | |
| 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 | |
| | 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 | |
| | 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: | | | 695 | 25,13 | 30,97 | 84,32 | 716,50 | 5,20 | 0,35 | 0,18 | 48,22 | 6,58 | | | 64,82 | 125,52 | 266,58 | 5,92 | 7,03 |

Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------|-------|---------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|-------------|-------------|---------------|---------------|---------------|--------------|--------------|
| Таб.№24/9 | 16688 | Десерт фруктовый (банан) | 70 | 1,10 | 0,37 | 15,33 | 68,99 | | 0,03 | 0,04 | 7,30 | 0,29 | | | 5,84 | 30,66 | 20,44 | 0,44 | |
| Таб.№24/9 | 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 | |
| 411/96 | 19673 | Бифштекс рубленый из говядины А | 70 | 1,18 | 7,96 | | 76,37 | | | | | 2,93 | | | 4,37 | 0,26 | 1,02 | 0,03 | |
| 205/2014 Дели плюс | 16098 | Макаронны 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 | |
| 392/2014 Дели плюс | 14384 | Чай с сахаром | 180 | | | 9,98 | 39,92 | | | | | | | | 0,30 | | | 0,03 | |
| ТТК | 19991 | Сушка 2шт | шт | 0,97 | 0,99 | 7,26 | 41,83 | | | | | | | | | | | | |
| 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: | | | 520 | 11,40 | 15,36 | 81,66 | 510,45 | | 0,19 | 0,09 | 12,40 | 6,95 | | | 36,23 | 57,25 | 107,74 | 2,47 | 6,80 |
| Итого: | | | 1 910 | 45,39 | 54,56 | 268,18 | 1 745,29 | 5,20 | 0,68 | 0,35 | 68,12 | 14,00 | 0,28 | 1,40 | 147,46 | 204,37 | 425,64 | 14,82 | 22,35 |

Четверг

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 | 14714 | Батон | 40 | 3,00 | 1,16 | 20,56 | 104,68 | | 0,04 | 0,01 | | | | 7,60 | 5,20 | 26,00 | 0,48 | | |
| Итого: | | | 465 | 13,85 | 7,41 | 69,08 | 398,41 | 100,00 | 0,28 | 0,21 | | | 0,39 | | 47,55 | 51,50 | 219,30 | 11,88 | 5,76 |

Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------|-------|---------------------------|-----------|-------------|-------------|-------------|--------------|--|-------------|-------------|-------------|--|--|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| Таб.№24/9 | 16662 | Десерт фруктовый (яблоко) | 80 | 0,32 | 0,32 | 7,84 | 35,52 | | 0,02 | 0,02 | 8,00 | | | 12,80 | 7,20 | 8,80 | 1,76 | |
| Итого: | | | 80 | 0,32 | 0,32 | 7,84 | 35,52 | | 0,02 | 0,02 | 8,00 | | | 12,80 | 7,20 | 8,80 | 1,76 | 0,65 |

Обед 1 (с 3 до 7 лет)

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------|-------|-----------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------|--|---------------|--------------|---------------|-------------|-------------|
| Таб.№24/9 | 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 | |
| 58/2011 | 18637 | Борщ с картофелем на кур. бульоне | 200 | 4,94 | 7,04 | 12,67 | 133,76 | 7,00 | 0,09 | 0,08 | 13,21 | 1,91 | | 35,62 | 26,07 | 79,40 | 1,34 | |
| 411/96 | 19673 | Бифштекс рубленный из говядины А | 70 | 1,18 | 7,96 | | 76,37 | | | | | 2,93 | | 4,37 | 0,26 | 1,02 | 0,03 | |
| 336/2014 | 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 | |
| | 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 | |
| | 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: | | | 665 | 15,22 | 20,80 | 71,80 | 535,25 | 7,00 | 0,30 | 0,23 | 93,12 | 8,52 | | 164,02 | 98,06 | 250,59 | 7,61 | 5,98 |

Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------|----------|--------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|---------------|-------------|-------------|---------------|--------------|--|---------------|---------------|---------------|--------------|--------------|
| табл.24/199 | 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 | |
| Таб.№24/9 | 16991 | Десерт фруктовый (груша) | 60 | 0,24 | 0,18 | 6,18 | 27,30 | | 0,01 | 0,02 | 3,00 | 0,24 | | 11,40 | 7,20 | 9,60 | 1,38 | |
| 256/2014 | 19626 | Котлета рыбная Любительская (навага) | 80 | 16,45 | 5,45 | 4,40 | 132,43 | 25,00 | 0,03 | 0,06 | 1,42 | 1,61 | | 14,42 | 11,41 | 39,81 | 2,88 | |
| Дели плюс | 318/2011 | 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 | |
| Дели принт | 392/2014 | Чай с сахаром | 180 | | | 9,98 | 39,92 | | | | | | | 0,30 | | | 0,03 | |
| Дели плюс | 14384 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 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: | | | 490 | 21,15 | 10,25 | 51,17 | 381,50 | 25,00 | 0,25 | 0,19 | 31,82 | 4,15 | | 49,71 | 62,21 | 158,41 | 6,29 | 4,26 |
| Итого: | | | 1 700 | 50,53 | 38,78 | 199,89 | 1 350,68 | 132,00 | 0,86 | 0,64 | 132,94 | 13,07 | | 274,08 | 218,97 | 637,10 | 27,54 | 16,66 |

Пятница

Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------|-------|-----------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|--|-------------|-------------|-------------|-------------|--|--------------|--------------|---------------|-------------|-------------|
| Таб.№24/9 | 16019 | Десерт фруктовый (груша) | 90 | 0,36 | 0,27 | 9,27 | 40,95 | | 0,02 | 0,03 | 4,50 | 0,36 | | 17,10 | 10,80 | 14,40 | 2,07 | |
| 392/2014 | 14384 | Чай с сахаром | 180 | | | 9,98 | 39,92 | | | | | | | 0,30 | | | 0,03 | |
| Дели плюс | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 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: | | | 515 | 8,69 | 8,31 | 71,56 | 395,77 | | 0,26 | 0,08 | 4,50 | 2,92 | | 66,07 | 72,96 | 186,26 | 4,30 | 5,96 |

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)

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------|-------|---|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------|-------------|-------------|---------------|--------------|---------------|-------------|-------------|
| табл.24/199 | 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 | | |
| 134/2004 | 18322 | Суп крестьянский с крупой на кур. бульоне | 200 | 5,97 | 7,76 | 11,25 | 138,71 | 8,80 | 0,07 | 0,07 | 17,23 | 1,97 | | 44,26 | 22,06 | 95,13 | 1,05 | | |
| 402/96 | 19004 | Азу из говядины | 30/150 | 11,46 | 14,04 | 19,34 | 249,56 | | 0,13 | 0,08 | 21,44 | 2,87 | 0,03 | 0,03 | 27,14 | 27,51 | 71,58 | 1,23 | |
| 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 | | |
| 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: | | | 645 | 22,57 | 22,68 | 64,61 | 552,82 | 8,80 | 0,35 | 0,21 | 45,83 | 6,02 | 0,03 | 0,03 | 106,54 | 87,19 | 269,83 | 4,95 | 5,38 |

Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------|-------|-----------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|--------------|-------------|-------------|---------------|--------------|-------------|-------------|---------------|---------------|---------------|--------------|--------------|
| 40/2014 | 15336 | Салат из моркови с яблоками | 40 | 0,11 | 2,08 | 2,01 | 27,17 | | 0,01 | 0,01 | 1,96 | 0,93 | | 3,74 | 2,61 | 3,42 | 0,43 | | |
| Дели плюс | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Таб.24/96 | 5224 | Десерт фруктовый (апельсин) | 80 | 0,72 | 0,16 | 6,48 | 30,24 | | 0,03 | 0,02 | 48,00 | 0,72 | 0,72 | 1,60 | 27,20 | 10,40 | 18,40 | 0,24 | |
| 300/2014 | 19635 | Филе куриное отварное | 60 | 19,28 | 1,55 | 0,48 | 93,06 | 57,12 | 0,06 | 0,06 | 1,66 | 0,17 | | 20,37 | 71,24 | 143,35 | 1,26 | | |
| Дели плюс | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 315/2014 | 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 | | |
| Дели плюс | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 392/2014 | 14384 | Чай с сахаром | 180 | | | 9,98 | 39,92 | | | | | | | 0,30 | | | 0,03 | | |
| Дели плюс | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 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: | | | 515 | 25,51 | 10,43 | 64,60 | 454,26 | 57,12 | 0,19 | 0,12 | 51,62 | 5,17 | 0,72 | 1,60 | 67,11 | 121,24 | 269,88 | 3,37 | 5,38 |
| Итого: | | | 1 875 | 57,76 | 41,62 | 220,96 | 1 489,45 | 65,92 | 0,81 | 0,43 | 105,95 | 14,31 | 0,75 | 1,63 | 253,71 | 289,39 | 739,96 | 15,41 | 18,41 |

Согласовано _____

_____/_____/_____

Согласовано
Директор ЗАО КШП "Дружба"

_____/ Т.В. Солоднева /

Циклическое меню Сад 4-х разовое без молока

на период с 29.07.2024г. по 02.08.2024

| 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) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 168 Дели принт | 18243 | Каша рисовая вязкая с сахаром на воде | 200 | 3,11 | 0,44 | 37,85 | 167,81 | | | | | | 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: | | | 420 | 6,11 | 1,60 | 68,39 | 312,41 | | 0,08 | 0,03 | | | 0,18 | | 13,44 | 27,51 | 92,98 | 0,98 | 5,70 |
| Завтрак 2 (с 3 до 7 лет) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Таб. №24/9 | 3598 | Десерт фруктовый (апельсин) | 130 | 1,17 | 0,26 | 10,53 | 49,14 | | 0,05 | 0,04 | 78,00 | 1,17 | 1,17 | 2,60 | 44,20 | 16,90 | 29,90 | 0,39 | |
| Итого: | | | 130 | 1,17 | 0,26 | 10,53 | 49,14 | | 0,05 | 0,04 | 78,00 | 1,17 | 1,17 | 2,60 | 44,20 | 16,90 | 29,90 | 0,39 | 0,88 |
| Обед 1 (с 3 до 7 лет) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Таб.24/96 | 10277 | Помидор свежий | 15 | 0,17 | 0,03 | 0,58 | 3,27 | | 0,01 | 0,01 | 3,83 | 0,17 | 0,17 | 0,92 | 2,14 | 3,06 | 3,98 | 0,14 | |
| | 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 | |
| 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 | 14645 | Каша ячневая вязкая | 150 | 3,23 | 4,83 | 21,12 | 140,85 | | 0,09 | 0,03 | | 2,44 | | | 27,18 | 16,23 | 111,15 | 0,59 | |
| 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 | |
| | 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 | |
| | 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: | | | 655 | 29,41 | 14,41 | 77,81 | 558,53 | 55,60 | 0,35 | 0,22 | 74,08 | 5,90 | 0,17 | 0,92 | 126,90 | 138,41 | 405,84 | 5,44 | 6,48 |
| Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Таб. №24/9 | 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 | |
| таб.24/1996 | 14844 | 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 | |
| 411/96 | 19673 | Биштекс рубленный из говядины А | 70 | 1,18 | 7,96 | | 76,37 | | | | | 2,93 | | | 4,37 | 0,26 | 1,02 | 0,03 | |
| 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 | 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: | | | 515 | 6,47 | 12,97 | 50,89 | 346,20 | | 0,24 | 0,14 | 36,14 | 5,68 | | | 44,27 | 55,24 | 128,80 | 4,06 | 4,24 |
| Итого: | | | 1 720 | 43,16 | 29,24 | 207,61 | 1 266,28 | 55,60 | 0,72 | 0,42 | 188,23 | 12,93 | 1,34 | 3,52 | 228,81 | 238,06 | 657,52 | 10,88 | 17,30 |
| 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 | |
| Таб. №24/9 | 16688 | Десерт фруктовый (банан) | 70 | 1,10 | 0,37 | 15,33 | 68,99 | | 0,03 | 0,04 | 7,30 | 0,29 | | | 5,84 | 30,66 | 20,44 | 0,44 | |
| 392/2014 Дели плюс | 14384 | Чай с сахаром | 180 | | | 9,98 | 39,92 | | | | | | | | 0,30 | | | 0,03 | |
| 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 | |
| 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: | | | 525 | 13,77 | 12,72 | 72,78 | 460,64 | 100,00 | 0,29 | 0,26 | 7,30 | 3,09 | | | 78,91 | 96,32 | 262,60 | 12,55 | 6,06 |
| 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) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| табл.24/1996 | 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 | |
| 134/2004 | 18322 | Суп крестьянский с крупой на кур. бульоне | 200 | 5,97 | 7,76 | 11,25 | 138,71 | 8,80 | 0,07 | 0,07 | 17,23 | 1,97 | | | 44,26 | 22,06 | 95,13 | 1,05 | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|-------|-------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------|--|--------------|--------------|---------------|-------------|-------------|
| 245/2014 | 18948 | Рыба навага припущенная | 80 | 23,95 | 6,19 | 0,25 | 152,51 | | 0,00 | 0,00 | 0,30 | 1,87 | | 0,93 | 0,42 | 1,82 | 0,02 | |
| 318/2014 | 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 | |
| Дели плюс | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 372/2014 | 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 | |
| Дели плюс | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 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: | | | 695 | 38,09 | 19,99 | 74,73 | 631,15 | 8,80 | 0,40 | 0,24 | 53,01 | 7,18 | | 99,99 | 96,78 | 292,12 | 5,93 | 6,23 |

Улотненный полдник (с 3 до 7 лет)

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|-------|--|--------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|---------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--|---------------|---------------|---------------|--------------|--------------|
| Таб.№24/9 | 14924 | Десерт фруктовый (груша) | 150 | 0,60 | 0,45 | 15,45 | 68,25 | | 0,03 | 0,05 | 7,50 | 0,60 | | 28,50 | 18,00 | 24,00 | 3,45 | |
| ТАБ 24/96 | 15994 | Икра кабачковая (консерв) | 30 | 0,63 | 2,84 | 2,71 | 38,92 | | | | | | | | | | | |
| 298/14 | 19627 | Голубцы ленивые из говядины с рисом (мясо птицы, говядины) | 80 | 1,98 | 3,44 | 5,86 | 62,28 | 6,20 | 0,02 | 0,03 | 23,15 | 1,25 | | 27,95 | 11,21 | 30,08 | 1,01 | |
| Дели плюс | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 205/2014 | 16098 | Макаронны 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 | |
| Дели плюс | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 392/2014 | 14384 | Чай с сахаром | 180 | | | 9,98 | 39,92 | | | | | | | 0,30 | | | 0,03 | |
| Дели плюс | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ТТК | 19991 | Сушка 2шт | шт | 0,97 | 0,99 | 7,26 | 41,83 | | | | | | | | | | | |
| 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: | | | 620 | 12,10 | 13,72 | 89,57 | 530,17 | 6,20 | 0,20 | 0,12 | 30,65 | 5,43 | | 79,61 | 51,46 | 135,06 | 6,28 | 7,46 |
| Итого: | | | 2 040 | 64,96 | 46,62 | 257,28 | 1 708,56 | 115,00 | 0,91 | 0,64 | 94,96 | 15,90 | | 272,51 | 252,56 | 703,78 | 27,56 | 21,44 |

Среда

Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|-------|----------------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|--|-------------|-------------|--|--|--|--------------|-------------|--------------|-------------|-------------|
| 464/96 | 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 | |
| таб№4 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 392/2014 | 14384 | Чай с сахаром | 180 | | | 9,98 | 39,92 | | | | | | | 0,30 | | | 0,03 | |
| Дели плюс | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 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: | | | 415 | 6,84 | 7,53 | 69,65 | 373,72 | | 0,10 | 0,05 | | | | 17,21 | 3,90 | 19,62 | 1,90 | 5,80 |

Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|-------|---------------------------|-----------|-------------|-------------|-------------|--------------|--|-------------|-------------|-------------|--|--|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| Таб.№24/9 | 16662 | Десерт фруктовый (яблоко) | 80 | 0,32 | 0,32 | 7,84 | 35,52 | | 0,02 | 0,02 | 8,00 | | | 12,80 | 7,20 | 8,80 | 1,76 | |
| Итого: | | | 80 | 0,32 | 0,32 | 7,84 | 35,52 | | 0,02 | 0,02 | 8,00 | | | 12,80 | 7,20 | 8,80 | 1,76 | 0,65 |

Обед 1 (с 3 до 7 лет)

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|-------|------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|-------------|-------------|--------------|-------------|--|---------------|--------------|---------------|-------------|-------------|
| Таб.№24/9 | 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 | |
| 411/96 | 19673 | Бифштекс рубленный из говядины А | 70 | 1,18 | 7,96 | | 76,37 | | | | | 2,93 | | 4,37 | 0,26 | 1,02 | 0,03 | |
| 336/2014 | 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 | |
| Дели плюс | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 | |
| 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: | | | 655 | 15,57 | 21,96 | 54,85 | 479,36 | 19,50 | 0,24 | 0,18 | 84,42 | 8,38 | | 146,37 | 72,45 | 212,31 | 5,17 | 4,57 |

Улотненный полдник (с 3 до 7 лет)

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|-------|-----------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|--------------|-------------|-------------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|---------------|--------------|--------------|
| Таб.№24/9 | 8209 | Десерт фруктовый (апельсин) | 60 | 0,54 | 0,12 | 4,86 | 22,68 | | 0,02 | 0,02 | 36,00 | 0,54 | 0,54 | 1,20 | 20,40 | 7,80 | 13,80 | 0,18 | |
| 16/04 | 14587 | 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 | | |
| 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 | |
| 314/2014 | 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 | | |
| Дели плюс | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 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: | | | 490 | 20,10 | 18,97 | 53,80 | 466,33 | | 0,30 | 0,23 | 42,45 | 16,63 | 12,64 | 804,54 | 67,63 | 119,29 | 298,65 | 7,88 | 4,48 |
| Итого: | | | 1 640 | 42,83 | 48,78 | 186,14 | 1 354,93 | 19,50 | 0,66 | 0,48 | 134,87 | 25,01 | 12,64 | 804,54 | 244,01 | 202,84 | 539,38 | 16,72 | 15,51 |

Четверг

Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------|-------|-------------------------------|------------|--------------|-------------|--------------|---------------|---------------|-------------|-------------|--|-------------|--|--------------|--------------|---------------|--------------|-------------|
| 213/2011 | 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 | |
| Дели принт | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Таб | 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 | |
| №4/96,302/2004 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 392/2014 | 14384 | Чай с сахаром | 180 | | | 9,98 | 39,92 | | | | | | | 0,30 | | | 0,03 | |
| Дели плюс | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 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: | | | 465 | 12,54 | 6,34 | 64,87 | 366,67 | 100,00 | 0,19 | 0,22 | | 0,91 | | 71,41 | 32,31 | 255,47 | 11,34 | 5,41 |

Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------|------|--------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|-------------|-------------|
| Таб.№24/9 | 5186 | Десерт фруктовый (груша) | 180 | 0,72 | 0,54 | 18,54 | 81,90 | | 0,04 | 0,05 | 9,00 | 0,72 | 0,07 | 0,36 | 34,20 | 21,60 | 28,80 | 4,14 | |
| Итого: | | | 180 | 0,72 | 0,54 | 18,54 | 81,90 | | 0,04 | 0,05 | 9,00 | 0,72 | 0,07 | 0,36 | 34,20 | 21,60 | 28,80 | 4,14 | 1,55 |

Обед 1 (с 3 до 7 лет)

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------|-------|-----------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------|--|--|--------------|---------------|---------------|-------------|-------------|
| Табл.24/199 | 15394 | Огурец свежий | 25 | 0,18 | 0,03 | 0,49 | 2,94 | | 0,01 | 0,01 | 1,82 | 0,03 | | | 4,42 | 3,64 | 7,80 | 0,13 | |
| 58/2011 | 18637 | Борщ с картофелем на кур. бульоне | 200 | 4,94 | 7,04 | 12,67 | 133,76 | 7,00 | 0,09 | 0,08 | 13,21 | 1,91 | | | 35,62 | 26,07 | 79,40 | 1,34 | |
| Дели принт | 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 | |
| ТТК | 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 | |
| | 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: | | | 650 | 23,51 | 26,15 | 100,04 | 729,55 | 7,00 | 0,30 | 0,19 | 20,41 | 5,77 | | | 97,68 | 104,10 | 291,92 | 7,27 | 8,34 |

Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------|-------|--|--------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|---------------|-------------|-------------|--------------|--------------|-------------|-------------|---------------|---------------|---------------|--------------|--------------|
| Таб.№24/9 | 2523 | Помидор свежий | 30 | 0,34 | 0,06 | 1,16 | 6,54 | | 0,02 | 0,01 | 7,65 | 0,34 | 0,34 | 1,84 | 4,28 | 6,12 | 7,96 | 0,28 | |
| Таб.№24/9 | 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 | |
| ТТК | 18987 | Котлета рыбная "Веста" из минтая | 70 | 9,65 | 8,93 | 5,68 | 141,65 | | | | | | | | | | 0,14 | | |
| 476/2013 | 18419 | Картофель запеченный с растительным маслом | 130 | 2,93 | 5,08 | 23,88 | 152,97 | | 0,18 | 0,10 | 29,30 | 2,14 | | | 17,59 | 33,87 | 85,66 | 1,34 | |
| Самара | 14802 | Чай без сахара | 180 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 392/2014 | 19293 | Мармелад в асс. | 10 | | 0,01 | 8,00 | 32,09 | | | | | | | | | | | | |
| Дели плюс | 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 | |
| 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 | 15,43 | 14,76 | 60,19 | 435,34 | | 0,28 | 0,15 | 45,95 | 3,06 | 0,34 | 1,84 | 43,27 | 61,59 | 137,66 | 4,50 | 5,02 |
| Итого: | | | 1 830 | 52,20 | 47,79 | 243,64 | 1 613,46 | 107,00 | 0,82 | 0,62 | 75,36 | 10,45 | 0,41 | 2,20 | 246,57 | 219,60 | 713,85 | 27,25 | 20,30 |

Пятница**Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)**

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------|-------|-------------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|--|-------------|-------------|--------------|-------------|--|--|--------------|--------------|---------------|-------------|-------------|
| Таб.№24/9 | 16659 | Десерт фруктовый (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,40 | | 0,03 | 0,02 | 10,00 | | | | 16,00 | 9,00 | 11,00 | 2,20 | |
| 168/2014 | 18531 | Каша пшенная 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 | 14384 | Чай с сахаром | 180 | | | 9,98 | 39,92 | | | | | | | | 0,30 | | | 0,03 | |
| Дели плюс | 14714 | Батон | 40 | 3,00 | 1,16 | 20,56 | 104,68 | | 0,04 | 0,01 | | | | | 7,60 | 5,20 | 26,00 | 0,48 | |
| 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: | | | 525 | 9,15 | 3,21 | 78,58 | 379,81 | | 0,28 | 0,05 | 10,00 | 0,15 | | | 37,55 | 55,70 | 153,50 | 4,08 | 6,55 |

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)

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|------------|-------|----------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------|--|--|--------------|---------------|---------------|-------------|-------------|
| 16/04 | 14587 | 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 | |
| 81/2011 | 17694 | Суп гороховый на курином бульоне | 200 | 8,07 | 3,67 | 15,85 | 128,70 | 7,00 | 0,22 | 0,09 | 9,85 | 0,36 | | | 37,09 | 32,94 | 101,49 | 1,96 | |
| Дели принт | 18996 | Запеканка картофельная с мясом | 150 | 13,21 | 11,16 | 26,59 | 259,64 | | 0,18 | 0,11 | 29,71 | 2,65 | | | 18,65 | 36,64 | 94,66 | 1,56 | |
| 291/2014 | 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 | |
| 699/2004,Т | 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 | |
| К436/2008 | 14395 | Хлеб ржаной | 50 | 3,40 | 0,65 | 19,90 | 99,05 | | 0,09 | 0,04 | | 0,70 | | | 23,50 | 24,50 | 78,50 | 1,95 | |
| Итого: | | | 640 | 26,84 | 18,21 | 79,68 | 589,97 | 7,00 | 0,56 | 0,27 | 54,03 | 5,32 | | | 98,06 | 112,64 | 317,58 | 6,44 | 6,64 |

Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------|-------|----------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|-------------|-------------|---------------|---------------|---------------|--------------|--------------|
| Таб.№24/9 | 15396 | Помидор свежий | 25 | 0,28 | 0,05 | 0,97 | 5,46 | | 0,02 | 0,01 | 6,38 | 0,18 | | | 3,57 | 5,10 | 6,63 | 0,23 | |
| Таб.№24/9 | 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 | |
| 411/96 | 19673 | Бифштекс рубленный из говядины А | 70 | 1,18 | 7,96 | | 76,37 | | | | | 2,93 | | | 4,37 | 0,26 | 1,02 | 0,03 | |
| 205/2014 | 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 | |
| Дели плюс | 14384 | Чай с сахаром | 180 | | | 9,98 | 39,92 | | | | | | | | 0,30 | | | 0,03 | |
| 392/2014 | 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 | |
| Дели плюс | 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 | |
| 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: | | | 525 | 9,67 | 14,22 | 66,47 | 432,57 | | 0,17 | 0,07 | 9,88 | 6,97 | 0,28 | 1,40 | 44,40 | 36,01 | 99,83 | 3,69 | 5,54 |
| Итого: | | | 1 890 | 46,66 | 35,84 | 244,93 | 1 488,95 | 7,00 | 1,04 | 0,41 | 77,91 | 12,64 | 0,28 | 1,40 | 194,02 | 212,36 | 584,91 | 17,01 | 20,41 |