

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



Цикличное меню Сад 4-х разовое

на период с 10.06.2024г. по 14.06.2024

Сборник рецептов	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины							Минеральные вещества					ХЕ
				Белки	Жиры	Угле-ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)			
Понедельник																				
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																				
3/2011 Дели.принт.	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	
185/14	19176	Каша молочная манная жидкая с сахаром и маслом	200/5/2	6,25	4,40	31,83	191,90	8,00	0,06	0,15	0,63	0,48	3,06	5,81	134,61	20,39	122,05	0,44		
395/2014 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	12,51	13,28	64,10	426,03	59,26	0,14	0,32	1,84	0,53	3,06	5,81	294,69	38,68	249,55	0,98	5,34
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																				
401/2014 Дели.плюс	14724	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	5,34	
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	5,34
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		
19629		Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, на кв.бульоне	200/10	5,55	8,88	7,97	134,02	18,00	0,08	0,08	25,71	1,94			56,58	23,55	80,22	1,05		
19000		Фрикадельки из говядины	70	12,73	10,81	8,00	180,15				0,68							0,05		
314/2014 Дели.плюс	14721	Каша гречневая вязкая	130	4,01	4,34	18,06	127,33	18,20	0,14	0,07		0,30		8,55	63,12	95,54	2,13			
14777		Сок	180	0,90	0,18	18,18	77,94		0,02	0,02	3,60	0,18		12,80	7,20	12,80	2,52			
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:				665	27,80	25,02	77,74	847,33	36,20	0,36	0,23	33,82	3,60	0,17	0,92	104,27	127,33	282,40	8,12	6,48
Улотненный полдник (с 3 до 7 лет)																				
Таб.№24/96	5625	Десерт фруктовый (апельсин)	70	0,63	0,14	5,67	26,46		0,03	0,02	42,00	0,63	0,63	1,40	23,80	9,10	16,10	0,21		
49/2014	18516	Салат "Ароматный"	40	0,18	4,02	0,48	38,81		0,01	0,00	1,43	1,80			5,68	2,99	6,65	0,12		
800/87	4568	Вареники с картофелем и маслом	150/5	6,99	7,60	41,77	265,24	0,02	0,00	0,01		0,02		1,20		1,50	0,01			
392/2014 Дели.плюс	14384	Чай с сахаром	180			9,98	39,92							0,30				0,03		
ТТК	18357	Пряники в асс. 27г.	27	1,35	1,49	20,20	99,61													
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:				497	11,30	13,77	89,40	526,76	0,02	0,09	0,05	43,43	3,02	0,63	1,40	37,98	25,59	58,25	1,27	7,45
Итого:				1 739	56,07	55,93	237,72	1 678,50	126,28	0,62	0,80	79,55	7,16	3,86	8,13	627,90	213,16	731,87	10,52	19,81
Вторник																				
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																				
3/2011 Дели.принт.	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		
215/2014	12305	Омлет натуральный	100	10,51	13,21	1,92	168,61	190,03	0,07	0,38	0,37	10,51	10,51	1,70	76,91	13,08	172,83	1,94		
394/2014 Дели.плюс	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		
ТТК	20166	Морковь порционная (молодая)	20	0,03	0,00	0,14	0,71		0,00	0,00	0,11	0,01			0,57	0,80	1,16	0,01		
Итого:				340	15,61	20,59	28,57	361,99	223,29	0,12	0,48	0,84	10,57	12,11	4,73	195,51	27,26	289,99	2,46	2,38
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																				
401/2014 Дели.плюс	14861	Снежок	150	4,19	3,88	16,74	118,58	31,00	0,05	0,20	1,40				187,55	23,25	145,70	0,16		
Итого:				150	4,19	3,88	16,74	118,58	31,00	0,05	0,20	1,40				187,55	23,25	145,70	0,16	1,40
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																				
Таб.№24/96	6022	Огурец свежий	15	0,11	0,02	0,29	1,78		0,00	0,00	1,07	0,11	0,11	0,77	2,60	2,14	4,59	0,08		
58/2014	19179	Борщ из свежей капусты с картофелем на кв.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		
256/2014 Дели.плюс	15926	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		
472/95	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		
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		
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:				670	29,79	17,90	71,18	564,95	32,32	0,38	0,31	55,52	3,09	0,71	2,02	145,92	108,02	316,25	8,19	5,93
Улотненный полдник (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		
301/2014 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 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	46,96	0,89		
392/2014 Дели.плюс	14384	Чай с сахаром	180			9,98	39,92							0,30				0,03		
ТТК	14182	Трубочка слоеная в ассортименте	35	1,64	5,74	14,41	115,86	3,76	0,00	0,01		0,01		0,57	0,12	1,99	0,03			
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:				485	14,65	16,61	85,80	551,25	13,76	0,15	0,06	3,87	3,72	0,17	0,82	34,89	24,18	89,07	1,87	7,15
Итого:				1 645	64,23	58,97	282,29	1 596,77	300,37	0,70	1,06	61,63	17,37	12,99	7,66	563,97	182,71	821,00	12,66	16,86
Четверг																				
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																				
Таб.№24/96	16051	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		
3/2011 Дели.принт.	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		
94/2014	18395	Суп молочный гречневый	200	6,09	5,48	17,48	143,59	8,00	0,10	0,22	0,84	0,15	4,06	7,70	172,17	51,63	174,37	1,22		
394/2014 Дели.плюс	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:				490	11,44	13,13	50,85	367,34	41,26	0,16	0,33	8,21	0,34	5,66	10,03	301,40	71,31	278,07	3,27	4,24
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																				
ТТК	19278	Напиток сыровоточный	150	0,05	0,08	14,25	66,00													
Итого:				150	0,05	0,08	14,25	66,00												1,19
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		
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		
282/2011 Дели.принт.	19654	Биточки рубленые (мясо птицы,говядина)	70	3,10	5,79	11,00	173,60	3,26	0,05	0,04	0,21	2,39			27,64	14,83	46,02	0,95		
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		
382/2014 Дели.плюс	14740	Кисель из сока натурального	180	0,28	0,05	34,05	137,80		0,01	0,01	1,08	0,05			8,03	2,16	10,71	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			
14394		Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		0,56		18,80	19,60					

401/96	19010	Гуляш из отварного мяса говядины	40/40	12,19	14,15	2,62	186,58		0,01	0,01	0,80	1,82			10,74	1,90	8,03	0,20	
314/2014	14696	Каша перловая вязкая	130	2,64	3,61	18,79	118,17	18,20	0,03	0,02		0,35			12,88	11,27	92,02	0,52	
Дели плюс																			
588/96	16572	Компот из сухофруктов	180			7,19	28,74								0,22			0,02	
	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:	665	24,52	25,00	63,16	575,72	25,70	0,25	0,15	20,14	4,84	0,11	0,77	83,83	68,57	271,63	4,10	5,26
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																			
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	
40/2014	18444	Салат из моркови с яблоками	60	0,16	3,12	3,00	40,71		0,01	0,01	2,93	1,39			5,59	3,91	5,12	0,64	
Дели плюс																			
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	14802	Чай без сахара	180																
Дели плюс																			
ТТК	7035	Вафли порционные 1шт.	18	1,03	5,22	11,16	95,74												
		Итого:	458	16,46	28,16	51,81	526,51	0,13	0,12	0,26	51,27	18,66	15,27	6,52	154,93	34,02	200,99	1,69	4,32
		Итого:	1 700	57,68	74,51	182,53	1 631,45	115,93	0,66	1,02	74,97	27,52	21,33	13,19	533,24	188,46	909,88	7,53	15,21

Цикличное меню Сад 4-х разовое

на период с 17.06.2024г. по 21.06.2024



Сборник рецептов	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины										ХЕ
				Белки	Жиры	Угле-ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мкг)	Ca (мг)	Fe (мг)	Mg (мг)	P (мг)	
Понедельник																		
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																		
3/2011 Дели принт	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						
185/14	19182	Каша молочная кукурузная жидкая с сахаром и маслом	200/5/2	6,26	4,45	38,25	218,10	8,00	0,07	0,16	0,04	0,05					46,50	
394/2014 Дели плюс	14414	Чай с молоком	180	1,60	1,38	11,02	62,85		0,01	0,07	0,33		0,02	2,92	5,54	131,43	14,22	
Итого:				427	11,33	11,82	64,76	410,78	41,26	0,12	0,26	0,97	0,07	4,52	8,57	249,46	27,61	187,70
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																		
401/2014 Дели плюс	14724	Ряженка	150	4,47	3,85	6,47	78,39	30,80	0,03	0,20	0,46						190,96	
Итого:				150	4,47	3,85	6,47	78,39	30,80	0,03	0,20	0,46						190,96
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																		
Tab.№24/96	15395	Помидор свежий	20	0,22	0,04	0,78	4,37		0,01	0,01	5,10	0,14					2,86	
ТТК	19646	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	
460/2013 Самар обл	18286	Котлета рубленая из говядины	70	10,70	16,67	10,96	236,67		0,06	0,04	2,10	2,52					0,08	
588/96	16572	Рис отварной с овощами	150	3,72	5,51	37,12	212,90										0,08	
ТТК	14398	Компот из сухофруктов	180	7,19	28,74				0,06	0,04	2,10	2,52					16,48	
14394		Хлеб пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	56,73		0,06	0,02							0,22	
		Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03							0,58	
Итого:				685	24,80	30,45	90,87	736,69	8,00	0,27	0,17	32,87	5,70					190,96
Уютный полдник (с 3 до 7 лет)																		
Tab.№24/96	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	
Tab.24/199	15393	Огурец свежий	20	0,14	0,02	0,38	2,26										2,86	
ТТК	17030	Шницель рубленый из птицы	75	7,37	8,77	23,99	204,34	3,90	0,06	0,05	0,25	2,56					47,78	
476/2013 Самара	18419	Картофель запеченный с растительным маслом	130	2,93	5,08	23,88	152,97		0,16	0,10	29,30	2,14					41,22	
392/2014 Дели плюс	14802	Чай без сахара	180														17,59	
ТТК	7035	Вафли порционные 1шт.	18	1,03	5,22	11,16	95,74										33,87	
14392		Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02							0,30	
Итого:				503	13,73	19,47	73,31	523,37	3,90	0,31	0,19	66,95	5,72	0,54	1,20	88,21	71,88	185,39
Вторник																		
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																		
Tab.№24/96	16688	Десерт фруктовый (банан)	70	1,10	0,37	15,33	68,99		0,03	0,04	7,30	0,29					5,84	
3/2011 Дели принт	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					30,66	
215/2014	12305	Омлет натуральный	100	10,51	13,21	1,92	168,61	190,03	0,07	0,38	0,37	10,51	10,51	1,70	76,91	13,08	172,83	
397/2014 Дели плюс	16812	Какао с молоком	180	3,68	3,82	15,35	110,50	22,44	0,05	0,17	1,43	0,01					134,86	
Итого:				390	18,75	23,39	48,09	477,92	245,73	0,18	0,82	9,14	10,86	10,51	1,70	269,39	73,33	351,87
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																		
401/2014 Дели плюс	14861	Снежок	150	4,19	3,88	16,74	118,58	31,00	0,05	0,20	1,40						187,55	
Итого:				150	4,19	3,88	16,74	118,58	31,00	0,05	0,20	1,40						187,55
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																		
Tab.№24/199	15394	Огурец свежий	25	0,18	0,03	0,49	2,94		0,01	0,01	1,82	0,03					2,86	
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					4,42	
291/2014	18359	Запеканка картофельная с мясом	190	10,95	12,89	29,11	276,24	0,01	0,25	0,18	30,90	5,38	0,61	0,92	56,20	40,37	113,81	
703/96	15207	Кисель из ягод	180	0,20	0,08	14,32	58,81		0,01	0,01	39,84	0,14					9,81	
14394		Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03							0,58	
14392		Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02							0,30	
Итого:				655	20,92	20,22	78,20	578,43	7,51	0,47	0,32	90,82	8,10	0,61	0,92	127,16	103,45	298,41
Уютный полдник (с 3 до 7 лет)																		
53/2013 Самара	18446	Салат витаминный с маслом растительным	40	0,10	2,05	3,23	31,72										2,40	
286/2014 Дели плюс	14613	Тефтели с соусом сметанным (говядина, курица, хлеб)	60/60	3,01	7,44	11,65	125,55	17,40	0,05	0,05	1,42	2,16					36,86	
314/2014 Дели плюс	14721	Каша гречневая вязкая	130	4,01	4,34	18,06	127,33		0,14	0,07		0,30					8,55	
392/2014 Дели плюс	14384	Чай с сахаром	180														63,12	
ТТК	18897	Печенье 1шт.	20	1,50	1,96	14,88	83,16										0,30	
14392		Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02							0,30	
Итого:				510	10,33	16,04	66,84	453,05	35,60	0,23	0,13	2,54	3,82					5,60
Среда																		
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																		
3/2011 Дели принт	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					5,84	
185/2011 Дели принт	19682	Каша молочная рисовая жидкая с сахаром и маслом	200/5/2	5,23	5,14	32,77	198,26	29,12	0,07	0,17	1,37	0,14					131,65	
394/2014 Дели плюс	14414	Чай с молоком	180	1,60	1,38	11,02	62,85		0,01	0,07	0,33		0,02	2,92	5,54	131,43	14,22	
Итого:				427	10,30	12,51	59,28	390,93	62,38	0,11	0,27	1,74	0,19	1,60	3,03	249,69	43,68	238,22
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																		
ТТК	15779	Варенец	150	4,48	3,86	6,33	78,02		0,05	0,20							182,31	
Итого:				150	4,48	3,86	6,33	78,02		0,05	0,20							182,31
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																		
Tab.№24/96	15395	Помидор свежий	20	0,22	0,04	0,78	4,37		0,01	0,01	5,10	0,14					2,86	
58/2014	19179	Борщ из свежей капусты с картофелем на кв. бульоне	200	5,26	7,11	12,53	135,15	7,30	0,06	0,08	18,67	0,16					53,00	
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	
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	
14777		Сок	180	0,90	0,18	18,18	77,94		0,02	0,02	3,60	0,18					12,60	
14392		Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02							0,30	
14394		Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03							0,58	
Итого:				695	27,93	31,93	96,18	783,84	7,30	0,32	0,18	28,44	5,52					114,62
Уютный полдник (с 3 до 7 лет)																		
Tab.№24/96	5625	Десерт фруктовый (апельсин)	70	0,63	0,14	5,67	26,46		0,03	0,02	42,00	0,63	0,63	1,40	23,80	9,10	16,10	
40/2014 Дели плюс	15336	Салат из моркови с яблоками	40	0,11	2,08	2,01	27,17										2,40	
ТТК	19762	Сырники классические с молоком сгущ.	100/20	13,65	10,21	43,21	319,36		0,01	0,01	1,96	0,93					3,74	
392/2014 Дели плюс	14802	Чай без сахара	180						0,01	0,04	0,24						62,01	
460/2011 Дели принт	14984	Крендель сахарный	50	3,86	7,43	31,09	206,67	11,50	0,06	0,05	0,13	3,24					20,71	
Итого:				460	18,25	19,86	81,98	579,68	11,50	0,								

