

Общество с ограниченной ответственностью «ГАММА-плюс»

СОГЛАСОВАНО  
Руководитель

*М.В. Чирковичевский сар/104, Соловушка'*  
*Кичаев Александр Николаевич*  
детский сад  
№ 104  
«Соловушка»



УТВЕРЖДАЮ:  
Директор ООО «ГАММА-плюс»

*Т.В. Солоднева*  
Т.В. Солоднева

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

РАЗРАБОТЧИКИ:

Зам. директора по производству

*А.П. Замотин* А.П. Замотин

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

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

г.о. Тольятти

Циклическое меню Ясли 4-х разовое

на период с 13.05.2024г. по 17.05.2024



Сборник рецептов	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральный состав									
				Белки	Жиры	Углево-ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	Na (мг)	P (мг)	К (мг)	Fe (мг)			
<b>Понедельник</b>																						
<b>Завтрак 1 (до 3 лет)</b>																						
3/2011 Дели пункт	12811	Батон с маслом и сыром	20/5/5	2,72	5,71	10,35	103,66	33,26	0,02	0,03	0,04	0,05										
	15367	Каша молочная манная жидкая с сахаром и маслом	150/5/2	4,69	4,22	25,05	156,90	23,84	0,06	0,13	1,03	0,37										
	14633	Кофейный напиток с молоком	150	2,30	2,40	12,23	79,74	15,00	0,03	0,11	0,98											
			Итого:	337	9,71	12,33	47,62	340,29	72,10	0,12	0,27	2,04	0,42									
	15438	Напиток сывороточный	180	0,05	0,09	17,10	69,41															
			Итого:	180	0,05	0,09	17,10	69,41														
<b>Обед (до 3 лет)</b>																						
	15134	Салат из свежей капусты	40	0,65	2,04	3,85	36,31		0,01	0,02	15,15	1,54										
	14766	Суп с макаронными изделиями на кур. бульоне	150	3,28	4,74	9,19	92,52	3,90	0,03	0,02	1,59	1,54										
	15254	Фрикадельки из говядины из п/ф	50	7,75	9,96	4,35	138,04															
	14868	Каша гречневая вязкая	110	3,39	3,67	15,28	107,74															
399/2014 Дели пункт	12864	Сок	150	0,75	0,15	15,15	64,95	15,40	0,12	0,06		0,25										
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04		0,03	0,01		0,35										
	12807	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		2,72										
			Итого:	555	19,83	21,27	70,51	552,84	19,30	0,28	0,15	19,74	7,44									
	13483	Десерт фруктовый (апельсин)	80	0,72	0,16	6,48	30,24															
	15535	Икра кабачковая (консерв)	40	0,80	3,74	3,23	49,77		0,03	0,02	48,00	0,72	0,72	1,60	27,20	10,40	18,40	0,24				
	15513	Вареники с картофелем с маслом	150/5	6,99	7,80	41,77	265,24	0,02	0,00	0,01		0,02										
	14635	Чай с шиповником	150	0,17	0,07	9,35	38,69															
	12794	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,00	0,01	49,00	0,19										
	15532	Пяники в асс. 27г.	27	1,35	1,49	20,20	99,61		0,05	0,02		0,46										
			Итого:	472	11,74	13,52	99,08	528,83	0,02	0,08	0,06	97,00	1,39	0,72	1,60	37,15	22,03	47,93	1,14			
	15444	Итого:	1 544	41,34	47,21	225,31	1 491,48	91,42	0,48	0,48	118,78	9,24	0,72	1,60	348,94	132,60	404,23	8,54				
<b>Вторник</b>																						
<b>Завтрак 1 (до 3 лет)</b>																						
3/2011 Дели пункт	15508	Морковь порционная	20	0,27	0,02	1,45	7,08		0,01	0,01	1,05	0,27										
215 Дели пункт	12811	Батон с маслом и сыром	20/5/5	2,72	5,71	10,35	103,66	33,26	0,02	0,03	0,04	0,05										
	13601	Омлет натуральный	80	6,73	12,44	1,45	144,68	4,60	0,01	0,03	0,30	1,51										
	14630	Чай с молоком	150	1,33	1,47	9,15	55,18	9,20	0,02	0,07	0,60											
			Итого:	280	11,06	19,64	22,39	310,59	47,06	0,06	0,15	1,98	1,83									
	15290	Снежок	130	3,62	3,35	14,47	102,51	26,80	0,04	0,17	1,21											
			Итого:	130	3,62	3,35	14,47	102,51	26,80	0,04	0,17	1,21										
<b>Обед (до 3 лет)</b>																						
табл. №24/94	13575	Помидор свежий	15	0,17	0,03	0,58	3,27		0,01	0,01	3,83	0,11										
	15639	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне	150	3,83	5,52	7,30	94,21	6,00	0,04	0,05	11,64	6,82										
	15239	Котлета рыбная Любительская С (навага)	100	12,23	3,77	3,54	97,05	32,90	0,02	0,06	1,13	1,02										
472/96	12841	Картофельное пюре	60	2,20	3,39	14,72	98,15	17,16	0,11	0,09	17,31	0,12										
	14620	Напиток из апельсинов	150	0,15	0,03	6,33	26,20		0,01	0,00	9,90	0,03										
	12794	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46										
ТТК	12846	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42										
			Итого:	525	22,33	13,39	53,46	423,89	56,06	0,29	0,25	43,80	8,97									
	13976	Салат из картофеля с соевыми огурцами Я	40	0,58	2,09	3,66	35,79		0,03	0,02	4,65	0,96										
22/11 Дели ПРинТ	14850	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										
	15234	Макаронные отварные А Я	100/5	3,85	5,45	24,68	163,15		0,06	0,01		2,75										
	14670	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28,21															
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04		0,03	0,01		0,35										
ТТК	11500	Трубочка слоеная в ассортименте	35	1,64	5,74	14,41	115,86	3,76	0,01			0,01										
			Итого:	425	12,75	18,39	71,29	501,62	13,78	0,13	0,07	4,69	4,13									
	1360	Итого:	1 360	49,76	54,77	161,61	1 338,41	143,68	0,52	0,64	51,68	14,94										
<b>Среда</b>																						
<b>Завтрак 1 (до 3 лет)</b>																						
22/2011 Дели пункт	12797	Батон с маслом	20/5	1,54	4,21	10,35	85,39	20,00	0,02	0,01		0,05										
	15363	Каша молочная ячневая жидкая с сахаром и маслом	150/5/2	3,66	4,01	18,29	123,86	22,76	0,07	0,13	0,96	0,25										
	14679	Какао с молоком	150	3,15	3,24	12,51	91,86	18,40	0,04	0,14	1,20											
			Итого:	332	8,35	11,46	41,15	301,11	61,16	0,13	0,28	2,16	0,30									
	15752	Варенец	150	4,35	3,75	6,15	75,75		0,05	0,20												
			Итого:	150	4,35	3,75	6,15	75,75		0,05	0,20											
<b>Обед (до 3 лет)</b>																						
табл. 24/199 б	13691	Огурец свежий	20	0,14	0,02	0,38	2,26		0,01	0,00	1,40	0,02										
136/96	13043	Суп картофельный с рисом на кур. бульоне	150	3,93	3,99	10,62	94,12	5,63	0,08	0,06	10,34	0,34										
	14738	Шницель рубленый из птицы	60	5,89	7,01	19,19	163,47	3,12	0,05	0,04	2,20	2,04										
	15516	Капуста свежая тушеная	100	2,38	3,64	9,97	82,19		0,04	0,05	54,78	55,87										
	14618	Компот из ягод	150	0,15	0,06	16,07	65,42		0,01	0,01	30,00	0,15										
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04		0,03	0,01		0,35										
ТТК	12846	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42										
			Итого:	525	15,83	15,32	74,95	500,93	8,75	0,27	0,20	96,73	59,19									
	14940	Салат из моркови с сахаром	40	0,05	0,04	2,15	9,16		0,02	0,03	2,02	0,52										
	14332	Десерт фруктовый (банан)	80	1,50	0,50	21,00	94,50		0,04	0,05	10,00	0,40										
	15102	Пудинг из творога с яблоками	80	13,22	6,66	13,27	165,85	36,00	0,02	0,05	3,05	0,26										
	15537	Повидло порционное С	10	0,04		6,57	26,42		0,00	0,00												
	14670	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28,21															
	15387	Печенье Сахарное	20	1,50	1,96	14,88	83,16															
			Итого:	380	16,35	9,17	64,85	407,31	36,00	0,09	0,13	15,07	1,23									
	1387	Итого:	1 387	44,87	39,69	187,10	1 285,09	105,91	0,53	0,81	113,95	60,71										
<b>Четверг</b>																						
<b>Завтрак 1 (до 3 лет)</b>																						

