

Общество с ограниченной ответственностью «ГАММА-плюс»

СОГЛАСОВАНО

Руководитель

*М.В. Гудков* детский сад № 104, Соловушка

*Кичаева*



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



### Циклическое меню Ясли 4-х разовое

на период с 02.05.2024г. по 03.05.2024

Сборник рецептов	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Zn (мкг)	Минеральные вещества						
				Белки	Жиры	Углево-ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)		Ca (мг)	Mg (мг)	Na (мг)	P (мг)	K (мг)	Fe (мг)	
<b>Четверг</b>																				
<b>Завтрак 1 (до 3 лет)</b>																				
3/2011 Дети поинт	12811	Батон с маслом и сыром	20/5/5	2,72	5,71	10,35	103,66													
	15568	Каша молочная рисовая жидкая с сахаром и маслом	150/5/2	3,93	4,22	25,83	156,99	33,26	0,02	0,03	0,04	0,05			49,88	4,39	40,00	0,30		
	14679	Какао с молоком	150	3,15	3,24	12,51	91,86	23,84	0,05	0,13	1,03	0,11			98,99	22,73	106,83	0,34		
		<b>Итого:</b>	<b>337</b>	<b>9,81</b>	<b>13,17</b>	<b>48,69</b>	<b>352,51</b>	<b>18,40</b>	<b>0,04</b>	<b>0,14</b>	<b>1,20</b>	<b>0,16</b>		<b>113,20</b>	<b>21,38</b>	<b>95,90</b>	<b>0,56</b>			
	15438	Напиток сывороточный	180	0,05	0,09	17,10	69,41								262,07	48,49	242,73	1,20		
		<b>Итого:</b>	<b>180</b>	<b>0,05</b>	<b>0,09</b>	<b>17,10</b>	<b>69,41</b>													
<b>Обед (до 3 лет)</b>																				
	15134	Салат из свежей капусты	40	0,65	2,04	3,85	36,31													
	14766	Суп с макаронными изделиями на кур. бульоне	150	3,28	4,74	9,19	92,52		0,01	0,02	15,15	1,54			20,07	7,08	13,24	0,26		
ТТК	15246	Котлета Пожарская из п/ф	50	9,30	7,10	8,50	135,10	3,90	0,03	0,02	1,59	1,54			9,80	5,80	32,04	0,41		
	14868	Каша гречневая вязкая	110	3,39	3,67	15,28	107,74					0,89						0,04		
	14626	Напиток из плодов шиповника	150	0,51	0,21	14,23	60,85	15,40	0,12	0,06		0,25			7,23	53,41	80,84	1,80		
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04		0,01	0,05	150,00	0,57			9,21	2,55	2,55	0,47		
	12807	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24					0,35			4,20	8,10	20,40	0,54		
		<b>Итого:</b>	<b>555</b>	<b>21,14</b>	<b>18,47</b>	<b>73,74</b>	<b>645,80</b>	<b>19,30</b>	<b>0,28</b>	<b>0,18</b>	<b>166,74</b>	<b>7,86</b>		<b>69,32</b>	<b>76,94</b>	<b>149,12</b>	<b>5,04</b>			
<b>Уплотненный полдник (до 3 лет)</b>																				
	14067	Десерт фруктовый(апельсин)	60	0,54	0,12	4,86	22,68													
	360	Икра кабачковая (консервы)	30	0,60	2,80	2,43	37,32		0,02	0,02	36,00	0,12			20,40	7,80	13,80	0,18		
	15513	Вареники с картофелем с маслом	150/5	6,99	7,80	41,77	265,24	0,02	0,00	0,01										
399/2014 Дети плюс	12864	Сок	150	0,75	0,15	15,15	64,95					0,02			1,20		1,50	0,01		
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04		0,02	0,02	3,00	0,15			10,50	6,00	10,50	2,10		
	15532	Пряники в асс. 27г.	27	1,35	1,49	20,20	99,61					0,35			4,20	8,10	20,40	0,54		
		<b>Итого:</b>	<b>437</b>	<b>11,52</b>	<b>12,56</b>	<b>91,19</b>	<b>523,84</b>	<b>0,02</b>	<b>0,07</b>	<b>0,06</b>	<b>39,00</b>	<b>0,64</b>		<b>36,30</b>	<b>21,90</b>	<b>46,20</b>	<b>2,83</b>			
		<b>Итого:</b>	<b>1 509</b>	<b>42,52</b>	<b>44,29</b>	<b>230,72</b>	<b>1 491,55</b>	<b>94,82</b>	<b>0,46</b>	<b>0,54</b>	<b>208,01</b>	<b>8,65</b>		<b>367,69</b>	<b>147,33</b>	<b>438,05</b>	<b>9,07</b>			
<b>Пятница</b>																				
<b>Завтрак 1 (до 3 лет)</b>																				
3/2011 Дети поинт	12811	Батон с маслом и сыром	20/5/5	2,72	5,71	10,35	103,66													
	14628	Суп молочный с пшеном	150	4,44	4,84	14,13	117,87	27,00	0,09	0,16	1,37	0,05			49,88	4,39	40,00	0,30		
	14630	Чай с молоком	150	1,33	1,47	9,15	55,18	9,20	0,02	0,07	0,60				129,97	24,68	122,98	0,44		
		<b>Итого:</b>	<b>330</b>	<b>8,49</b>	<b>12,03</b>	<b>33,63</b>	<b>276,70</b>	<b>69,46</b>	<b>0,14</b>	<b>0,26</b>	<b>2,00</b>	<b>0,10</b>		<b>55,41</b>	<b>6,44</b>	<b>41,40</b>	<b>0,07</b>			
401/2014 Дети плюс	12810	Кефир	150	4,47	3,85	6,16	77,15	30,80	0,06	0,26	1,08				235,26	35,50	204,38	0,81		
		<b>Итого:</b>	<b>150</b>	<b>4,47</b>	<b>3,85</b>	<b>6,16</b>	<b>77,15</b>	<b>30,80</b>	<b>0,06</b>	<b>0,26</b>	<b>1,08</b>			<b>1,85</b>	<b>21,56</b>	<b>138,60</b>	<b>0,15</b>			
<b>Обед (до 3 лет)</b>																				
33/2011 Дети поинт	12801	Салат из свеклы	40	0,60	2,44	3,52	38,42													
	14790	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	150	3,97	5,54	5,71	88,56	6,00	0,05	0,06	19,25	15,61			14,80	8,80	17,25	0,56		
	15258	Гуляш из отварного мяса говядины	30/30	9,12	10,61	1,88	139,49								35,84	16,99	55,59	0,77		
	14624	Картофельное пюре	110	2,41	3,72	16,19	107,93	18,88	0,12	0,10	19,03	0,13			9,79	1,54	6,42	0,15		
	14618	Компот из ягод	150	0,15	0,06	16,07	65,42		0,01	0,01	30,00	0,15			35,23	24,30	72,14	0,90		
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04		0,03	0,01		0,35			5,85	4,65	4,95	0,24		
	12807	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24					0,35			4,20	8,10	20,40	0,54		
		<b>Итого:</b>	<b>565</b>	<b>20,27</b>	<b>23,08</b>	<b>66,07</b>	<b>553,09</b>	<b>24,88</b>	<b>0,30</b>	<b>0,22</b>	<b>72,88</b>	<b>2,143</b>		<b>18,80</b>	<b>124,50</b>	<b>64,37</b>	<b>176,75</b>	<b>4,73</b>		
<b>Уплотненный полдник (до 3 лет)</b>																				
	14940	Салат из моркови с сахаром	40	0,05	0,04	2,15	9,16													
	15398	Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенным	100/20	14,55	19,66	31,17	359,82		0,02	0,03	2,02	0,52			10,95	15,32	22,18	0,29		
	15305	Чай без сахара	150	0,04	0,01	0,01	0,31	88,00	0,05	0,15	0,20	0,42			83,48	11,96	106,00	6,24		
	13651	Вафли в асс 18 г.	150	1,03	5,22	11,16	95,72													
	13097	Десерт фруктовый яблоко	80	0,32	0,32	7,84	35,52													
		<b>Итого:</b>	<b>390</b>	<b>14,97</b>	<b>20,04</b>	<b>41,19</b>	<b>500,53</b>	<b>88,00</b>	<b>0,10</b>	<b>0,19</b>	<b>10,22</b>	<b>0,87</b>		<b>12,80</b>	<b>7,20</b>	<b>8,80</b>	<b>1,76</b>			
		<b>Итого:</b>	<b>1 435</b>	<b>48,20</b>	<b>59,00</b>	<b>147,04</b>	<b>1 407,48</b>	<b>213,14</b>	<b>0,60</b>	<b>0,94</b>	<b>86,17</b>	<b>22,50</b>		<b>107,23</b>	<b>34,48</b>	<b>136,98</b>	<b>8,29</b>			
														<b>468,83</b>	<b>155,92</b>	<b>656,70</b>	<b>13,98</b>			