

Общество с ограниченной ответственностью «ГАММА-плюс»

СОГЛАСОВАНО

Руководитель

М.В. Гусевский сад № 104, Соловухино
Кичаев Роман Р. Кичаев



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

Согласовано _____

_____ / _____ /

Циклическое меню Ясли 4-х разовое основное

на период с 15.12.2025г. по 19.12.2025



Согласовано _____

Сборник рецептов	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества						ХЕ
				Белок	Жиры	Угле- ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мг)	I (мг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)	
Понедельник																			
Завтрак 1 (до 3 лет)																			
30011 Дели прент	12811	Батон с маслом и сыром	2095	2,72	5,71	10,35	103,66	33,28	0,02	0,03	0,04	0,05			49,88	4,39	40,00	0,30	
	15048	Каша молочная манная жидкая с печеньем	150	3,50	4,15	14,59	134,68	24,20	0,05	0,13	1,05	0,19			103,65	13,54	83,80	0,23	
	14633	Кофейный напиток с молоком	150	2,30	2,40	12,23	79,74	15,00	0,03	0,11	0,08				90,21	10,50	67,50	0,10	
		Итого:	330	8,52	12,27	37,17	318,08	72,48	0,10	0,17	2,08	0,24			243,74	28,43	191,30	0,63	
Завтрак 2 (до 3 лет)																			
	15438	Напиток сыровоточный	180	0,05	0,09	17,10	69,41												
		Итого:	180	0,05	0,09	17,10	69,41												
Обед (до 3 лет)																			
	15236	Витаминный суп С (пик.чеснок)	5	0,21	0,02	1,01	5,05		0,00	0,00	0,06	0,17			5,54	1,19	4,30	0,06	
	14017	Винегрет овощной	40	0,57	2,48	3,49	38,55		0,02	0,02	4,30	1,13			10,13	8,75	18,86	0,36	
	14895	Суп крестьянский с крупой на курином бульоне	150	4,48	5,82	8,43	104,03	6,60	0,05	0,05	12,82	9,96			33,19	16,54	71,35	0,79	
	15936	Ежики мясные Вкусные	90	5,50	6,49	4,50	96,41					0,89					0,04		
1602014 Дели прент	15113	Каша гречневая рассыпчатая	100	5,82	4,52	28,38	169,50		0,10	0,09					10,16	90,46	137,92	3,10	
	15038	Соус сметанный	15	0,22	0,58	0,92	9,76	3,75	0,00	0,00	0,03	0,03			3,94	0,54	3,35	0,02	
3003014 Дели прент	12864	Сок	150	0,75	0,15	15,15	64,96		0,02	0,02	3,00	0,14			10,50	6,00	50,50	2,10	
	12807	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		2,72			18,80			1,56	
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04		0,03	0,01		0,35			4,20	6,10	20,40	0,54	
		Итого:	565	21,96	20,77	82,59	605,51	18,35	0,40	0,23	20,79	17,10			96,46	133,58	286,72	8,54	
Улотенный полдник (до 3 лет)																			
	15535	Икра кабачковая (консерв)	40	0,80	3,74	3,23	48,77												
	14332	Десерт фруктовый (банан)	80	1,50	0,30	21,60	94,50		0,04	0,05	10,00	0,49			8,00	42,00	28,00	0,60	
	15513	Вареники с картофелем с маслом	150	5,89	7,80	41,77	285,24	0,02	0,00	0,01					1,20		1,50	0,01	
	15395	Чай без сахара	150	0,04	0,01	0,01	0,31												
	12794	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46			5,60	10,80	27,30	0,72	
	15764	Мамаляда в асортименте	16	0,01	0,02	0,04	36,38												
		Итого:	461	11,06	12,33	84,10	491,58	0,02	0,09	0,09	10,00	0,88			14,80	52,80	56,75	1,33	
		Итого:	1 536	41,18	45,45	220,36	1 482,58	82,83	0,59	0,37	32,89	18,21			355,00	214,81	514,52	10,58	
Вторник																			
Завтрак 1 (до 3 лет)																			
30011 Дели прент	12797	Батон с маслом	205	1,34	4,21	10,35	85,39	20,00	0,02	0,01		0,03			5,00	2,60	14,50	0,25	
	13620	Десерт фруктовый (груша)	60	0,34	0,18	6,18	27,30		0,01	0,02	3,00	0,34			11,40	7,20	9,60	1,38	
	14638	Омлет натуральный	100	10,51	13,21	1,20	188,61	193,76	0,06	0,37	2,32				85,28	13,17	170,76	18,84	
	15537	Повидло порционное С	10	0,04		8,57	26,42		0,00	0,00		0,05			1,41	0,71	0,91	0,13	
	14630	Чай с молоком	150	1,33	1,47	9,15	55,18	9,10	0,02	0,07	0,00				55,41	8,44	41,40	0,07	
		Итого:	345	13,66	19,07	34,16	367,89	222,96	0,12	0,48	3,87	2,66			158,50	30,11	237,17	20,67	
Завтрак 2 (до 3 лет)																			
	14644	Снежок	180	5,00	4,63	19,98	141,53	37,00	0,06	0,24	1,67				223,85	27,75	173,90	6,19	
		Итого:	180	5,00	4,63	19,98	141,53	37,00	0,06	0,24	1,67				223,85	27,75	173,90	6,19	
Обед (до 3 лет)																			
	14060	Икра морковная	40	0,72	2,04	4,08	37,58		0,03	0,03	2,27	1,03			11,62	13,14	21,56	0,37	
	14766	Суп с макаронными изделиями на кури.бульоне	150	3,28	4,74	8,19	92,52	3,90	0,03	0,02	1,59	1,54			9,80	5,80	32,04	0,41	
15902014 Дели прент	12897	Биточки рыбные с овощами запеченные	60	6,73	4,32	6,56	92,01	14,62	0,06	0,07	2,80	3,43			96,05	10,67	42,22	0,81	
07095	12841	Картофельное пюре	100	2,20	3,39	14,72	98,15	17,16	0,11	0,09	17,31	0,01			32,03	22,10	69,61	0,82	
	14831	Напиток лимонный	150	0,11	0,01	5,35	21,94		0,00	0,00	4,80	0,01			4,95	1,44	0,26	0,09	
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04		0,03	0,01		0,35			4,20	6,10	20,40	0,54	
ТТК	12846	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42			14,10			1,17	
		Итого:	345	19,28	15,06	38,62	406,67	39,68	0,23	0,28	28,56	6,91			132,75	61,26	182,36	4,23	
Улотенный полдник (до 3 лет)																			
140008	13047	Салат витаминный с маслом растительным	45	0,58	2,38	5,19	44,52		0,02	0,02	12,46	11,83			17,45	7,86	13,25	0,50	
3003011	15816	Фрикадельки мясные	60	6,84	9,56	4,45	175,00	0,24	0,02	0,01	0,42	1,33			5,94	5,63	15,84	0,36	
31402014 Дели прент	1600	Каша пшеничная вязкая	100	2,67	3,79	16,65	111,37		0,07	0,02		1,56			9,72		0,07	1,14	
	14670	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	0,09	28,21								0,21			0,02	
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04		0,03	0,01		0,35			4,20	6,10	20,40	0,54	
4003011 Дели прент	12899	Крепидель сахарный	50	4,04	7,44	31,25	208,17	11,50	0,06	0,05	0,13	3,24			20,71	6,38	40,65	1,35	
		Итого:	420	15,47	23,38	71,31	691,30	11,74	0,20	0,11	13,81	18,32			58,23	27,97	96,21	3,92	
		Итого:	1 480	59,49	62,15	184,87	1 541,38	397,38	0,70	1,07	47,21	27,89			373,34	147,08	683,38	28,99	
Среда																			
Завтрак 1 (до 3 лет)																			
30011 Дели прент	12811	Батон с маслом и сыром	2095	2,72	5,71	10,35	103,66	33,28	0,02	0,03	0,04	0,05			49,88	4,39	40,00	0,30	
	15076	Каша молочная кукурузная жидкая с сахаром и маслом	150	4,70	4,23	29,87	178,33	23,12	0,07	0,14	0,98	0,02			98,82	10,67	89,94	0,62	
	14679	Какао с молоком	150	3,15	3,24	12,51	91,86	18,40	0,04	0,14	1,20				113,20	21,38	95,90	0,56	
		Итого:	337	10,58	13,18	52,73	371,85	74,78	0,13	0,31	2,21	0,87			261,90	36,44	294,84	1,77	
Завтрак 2 (до 3 лет)																			
	15439	Напиток сыровоточный	150	0,05	0,08	14,25	66,00												
		Итого:	150	0,05	0,08	14,25	66,00												
Обед (до 3 лет)																			
3001	13337	Салат Степной	40	0,65	1,58	5,40	39,39		0,03	0,02	3,93	0,74			10,25	8,58	19,88	0,30	
	15639	Блюдо из свиной капусты с картофелем на кури.бульоне	150	3,83	5,52	7,20	94,21		0,04	0,05	11,84	6,83			31,89	17,39	55,60	0,91	
	14645	Плов из говядины	150	2,79	3,87	27,68	146,64		0,04	0,03	1,36	1,76			14,90	22,75	64,91	0,57	
	14618	Компот из ягод	150	0,15	0,06	16,87	85,42		0,01	0,01	30,00	0,01			9,80	4,85	4,06	0,24	
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04		0,03	0,01		0,35			4,20	6,10	20,40	0,54	
ТТК	12846	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42			14,10			1,17	
		Итого:	515	10,75	11,61	73,15	409,12	6,02	0,21	0,14	49,81	18,23			80,50	62,68	185,94	3,73	
Улотенный полдник (до 3 лет)																			
ТТК	13066	Десерт фруктовый (банан)	80	0,93	0,31	13,62	56,59		0,02	0,03	6,20	0,25			9,96	26,04	17,36	0,37	
	14116	Салат из моркови с яблоками	40	0,44	0,06	3,64	18,73		0,00	0,02	2,64	0,14			4,96	10,42	17,75	0,46	
	10900	Пудинг из творога Дружба с повидлом	100	0,95	4,84	21,35	151,45	25,00	0,01	0,05	2,96	1,06			9,41	2,77	21,44	2,78	
	15395	Чай без сахара	150	0,04	0,01	0,01	0,31												
	13651	Вафли в асорт.г.	18	1,03	5,22	11,16	95,74												
		Итого:	388	11,50	10,46	49,13	322,84	25,00	0,06	0,10	8,84	1,45			24,30	31,23	56,55	3,61	
		Итого:	1 390	32,87	35,33	189,25	1 200,81	195,78	0,40	0,35	57,96	1,75			366,79	140,35	427,33	9,11	
Четверг																			
Завтрак 1 (до 3 лет)																			
ТТК	12833	Десерт фруктовый (яблоко)	60	0,24	0,24	5,88	26,64		0,02	0,01	6,00	0,13			9,80	5,40	6,60	1,32	
30011 Дели прент	12811	Батон с маслом и сыром	2095	2,72	5,71	10,35	103,66	33,28	0,02	0,03	0,04	0,05			49,88	4,39	40,00	0,30	
	14620	Суп молочный с пшеном	150	4,44	4,84	14,13	117,87	27,00	0,09	0,16	1,37	0,05			12,97	24,88	122,98	0,44	
	14638	Чай с молоком	150	1,33	1,47	9,15	55,18	9,10	0,02	0,07	0,00				55,41	8,44	41,40	0,07	
		Итого:	330	8,73	12,27	39,51	305												