



Согласовано:  
Заведующий Д/с № 104  
"Соловушка" № 1, ул. Шлютова, 130  
Кичатова Ольга

Анатолиевна № 101

## МЕНЮ Д/сад (с 3 до 7 лет)

на 20.04.2026

Д/с № 104 "Соловушка" № 1, ул. Шлютова, 130 Д/сад (с 3 до 7 лет)

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Пищевая ценность |      |          |       |
|------------------|-----------|--------------|-----------|------------------|------|----------|-------|
|                  |           |              |           | Белки            | Жиры | Углеводы | Ккалл |

### Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)

|                    |       |   |         |              |              |              |               |
|--------------------|-------|---|---------|--------------|--------------|--------------|---------------|
|                    | 14884 | Батон с маслом<br>Батон в ассортименте д/с / Масло сливочное  | 30/5    | 3,47         | 6,00         | 15,49        | 129,83        |
|                    | 15366 | Каша молочная манная жидкая с сахаром и маслом<br>Вода / Крупа манная / Масло сливочное / Молоко / Сахар / Соль пищевая | 200/5/2 | 6,25         | 5,14         | 31,72        | 198,13        |
| 395/2014 Дели плюс | 12832 | Кофейный напиток с молоком<br>Вода / Кофейный напиток / Молоко / Сахар  | 180     | 2,79         | 2,89         | 16,79        | 104,29        |
| <b>Итого:</b>      |       |   |         | <b>12,51</b> | <b>14,02</b> | <b>64,00</b> | <b>432,26</b> |

### Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)

|               |       |  |     |             |             |              |              |
|---------------|-------|--|-----|-------------|-------------|--------------|--------------|
|               | 15438 | Напиток сывороточный<br>Напиток сывороточный в ассорт. | 130 | 0,05        | 0,09        | 17,10        | 69,41        |
| <b>Итого:</b> |       |  |     | <b>0,05</b> | <b>0,09</b> | <b>17,10</b> | <b>69,41</b> |

### Обед 1 (с 3 до 7 лет)

|                    |       |  |       |              |              |              |               |
|--------------------|-------|--|-------|--------------|--------------|--------------|---------------|
|                    | 14640 | Икра кабачковая (консервы)<br>Икра кабачковая  | 50    | 0,95         | 4,45         | 3,85         | 59,25         |
|                    | 14835 | Суп из овощей на кур.бульоне<br>Вода / Горошек зеленый консервированный / Капуста п/ф очищ / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль пищевая / Цыпленок бройлер 1 кат. п/ф | 200   | 5,15         | 6,44         | 9,32         | 115,82        |
|                    | 15935 | Ёжики мясные Вкусные<br>Ёжики мясные Вкусные п/ф (Дана) / Масло растительное   | 70    | 7,70         | 8,29         | 6,30         | 130,61        |
| 317/2014 Дели плюс | 15847 | Макаронные изделия отварные<br>Макаронные изделия / Масло растительное / Вода / Соль пищевая   | 130/5 | 5,01         | 5,59         | 32,08        | 198,61        |
|                    | 14830 | Напиток из ягод<br>Ягоды свежие / Сахар / Вода   | 180   | 0,13         | 0,01         | 6,42         | 26,33         |
|                    | 12807 | Хлеб ржаной<br>Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)   | 40    | 2,72         | 0,52         | 15,92        | 79,24         |
|                    | 12794 | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный или хлеб зерновой   | 20    | 1,72         | 0,26         | 9,04         | 45,38         |
| <b>Итого:</b>      |       |  |       | <b>23,37</b> | <b>25,56</b> | <b>82,93</b> | <b>655,24</b> |

### Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)

|                    |       |  |        |              |              |               |                 |
|--------------------|-------|--|--------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
|                    | 14608 | Десерт фруктовый (банан)<br>Бананы свежие  | 100    | 1,56         | 0,52         | 21,84         | 98,28           |
|                    | 14426 | Салат из свежих огурцов и помидоров с маслом растительным<br>Помидор свежий д/с / Огурец свежий д/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Соль пищевая | 40     | 0,39         | 2,46         | 1,43          | 29,40           |
| ТТК                | 13333 | Плов из мяса свинины<br>Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Рис / Свинина б/к(карбонад) д/с / Соль пищевая / Томатная паста       | 30/150 | 12,65        | 18,06        | 41,48         | 379,04          |
| 392/2014 Дели плюс | 12824 | Чай с сахаром<br>Вода / Сахар / Чай черный   | 180    |              |              | 9,98          | 39,92           |
|                    | 12794 | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный или хлеб зерновой   | 20     | 1,72         | 0,26         | 9,04          | 45,38           |
| <b>Итого:</b>      |       |  |        | <b>20,62</b> | <b>28,31</b> | <b>115,27</b> | <b>798,31</b>   |
| <b>Всего:</b>      |       |  |        | <b>56,55</b> | <b>67,98</b> | <b>279,30</b> | <b>1 955,22</b> |

Зав.производством

Ответственный за производство  
2.3/2.4.3590-20



Россия, 445043, Самара обл., г. Тольятти, ул.Северная, 35

E-mail: gamma\_ps@mail.ru



ГАММА-плюс

Согласовано:  
 Заведующий Д/с № 104  
 "Соловушка" № 2, ул. Чапаева, 124  
 Кичатова О. А.

# МЕНЮ Д/сад (с 3 до 7 лет)

на 20.04.2026

Д/с № 104 "Соловушка" № 2, ул. Чапаева, 124 Д/сад (с 3 до 7 лет)

| Сборник рецептур                | Код блюда | Наименование  | Выход гр. | Пищевая ценность |              |              |               |
|---------------------------------|-----------|---|-----------|------------------|--------------|--------------|---------------|
|                                 |           |   |           | Белки            | Жиры         | Углеводы     | Ккалл         |
| <b>Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)</b> |           |   |           |                  |              |              |               |
|                                 | 14884     | Батон с маслом<br>Батон в ассортименте д/с / Масло сливочное  | 30/5      | 3,47             | 6,00         | 15,49        | 129,83        |
|                                 | 15366     | Каша молочная манная жидкая с сахаром и маслом<br>Вода / Крупа манная / Масло сливочное / Молоко / Сахар / Соль пищевая | 200/5/2   | 6,25             | 5,14         | 31,72        | 198,13        |
| 395/2014 Дели плюс              | 12832     | Кофейный напиток с молоком<br>Вода / Кофейный напиток / Молоко / Сахар  | 180       | 2,79             | 2,89         | 16,79        | 104,29        |
| <b>Итого:</b>                   |           |   |           | <b>12,51</b>     | <b>14,02</b> | <b>64,00</b> | <b>432,26</b> |

|                                 |       |  |     |             |             |              |              |
|---------------------------------|-------|--|-----|-------------|-------------|--------------|--------------|
| <b>Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)</b> |       |  |     |             |             |              |              |
|                                 | 15438 | Напиток сывороточный<br>Напиток сывороточный в ассорт. | 130 | 0,05        | 0,09        | 17,10        | 69,41        |
| <b>Итого:</b>                   |       |  |     | <b>0,05</b> | <b>0,09</b> | <b>17,10</b> | <b>69,41</b> |

|                              |       |  |       |              |              |              |               |
|------------------------------|-------|--|-------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>Обед 1 (с 3 до 7 лет)</b> |       |  |       |              |              |              |               |
|                              | 14640 | Икра кабачковая (консервы)<br>Икра кабачковая  | 50    | 0,95         | 4,45         | 3,85         | 59,25         |
|                              | 14835 | Суп из овощей на кур.бульоне<br>Вода / Горошек зеленый консервированный / Капуста п/ф очищ / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль пищевая / Цыпленок бройлер.1 кат. п/ф | 200   | 5,15         | 6,44         | 9,32         | 115,82        |
|                              | 15935 | Ёжики мясные Вкусные<br>Ёжики мясные Вкусные п/ф (Дана) / Масло растительное   | 70    | 7,70         | 8,29         | 6,30         | 130,61        |
| 317/2014 Дели плюс           | 15847 | Макаронные изделия отварные<br>Макаронные изделия / Масло растительное / Вода / Соль пищевая   | 130/5 | 5,01         | 5,59         | 32,08        | 198,61        |
|                              | 14830 | Напиток из ягод<br>Ягоды свежие / Сахар / Вода   | 180   | 0,13         | 0,01         | 6,42         | 26,33         |
|                              | 12807 | Хлеб ржаной<br>Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)   | 40    | 2,72         | 0,52         | 15,92        | 79,24         |
|                              | 12794 | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный или хлеб зерновой   | 20    | 1,72         | 0,26         | 9,04         | 45,38         |
| <b>Итого:</b>                |       |  |       | <b>23,37</b> | <b>25,56</b> | <b>82,93</b> | <b>655,24</b> |

|   |       |  |        |              |              |               |                 |
|---|-------|--|--------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| <b>Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)</b> |       |  |        |              |              |               |                 |
|   | 14608 | Десерт фруктовый (банан)<br>Бананы свежие  | 100    | 1,56         | 0,52         | 21,84         | 98,28           |
|   | 14426 | Салат из свежих огурцов и помидоров с маслом растительным<br>Помидор свежий д/с / Огурец свежий д/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Соль пищевая | 40     | 0,39         | 2,46         | 1,43          | 29,40           |
| ТТК                                       | 13333 | Плов из мяса свинины<br>Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Рис / Свинина б/к(карбонад) д/с / Соль пищевая / Томатная паста       | 30/150 | 12,65        | 18,06        | 41,48         | 379,04          |
| 392/2014 Дели плюс                        | 12824 | Чай с сахаром<br>Вода / Сахар / Чай черный   | 180    |              |              | 9,98          | 39,92           |
|   | 12794 | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный или хлеб зерновой   | 20     | 1,72         | 0,26         | 9,04          | 45,38           |
| <b>Итого:</b>                             |       |  |        | <b>20,62</b> | <b>28,31</b> | <b>115,27</b> | <b>798,31</b>   |
| <b>Всего:</b>                             |       |  |        | <b>56,55</b> | <b>67,98</b> | <b>279,30</b> | <b>1 955,22</b> |

Зав.производством

Ответственный за производство  
2.3/2.4.3590-20

Россия, 445043, Самара

E-mail: gamma\_ps@mail.ru

