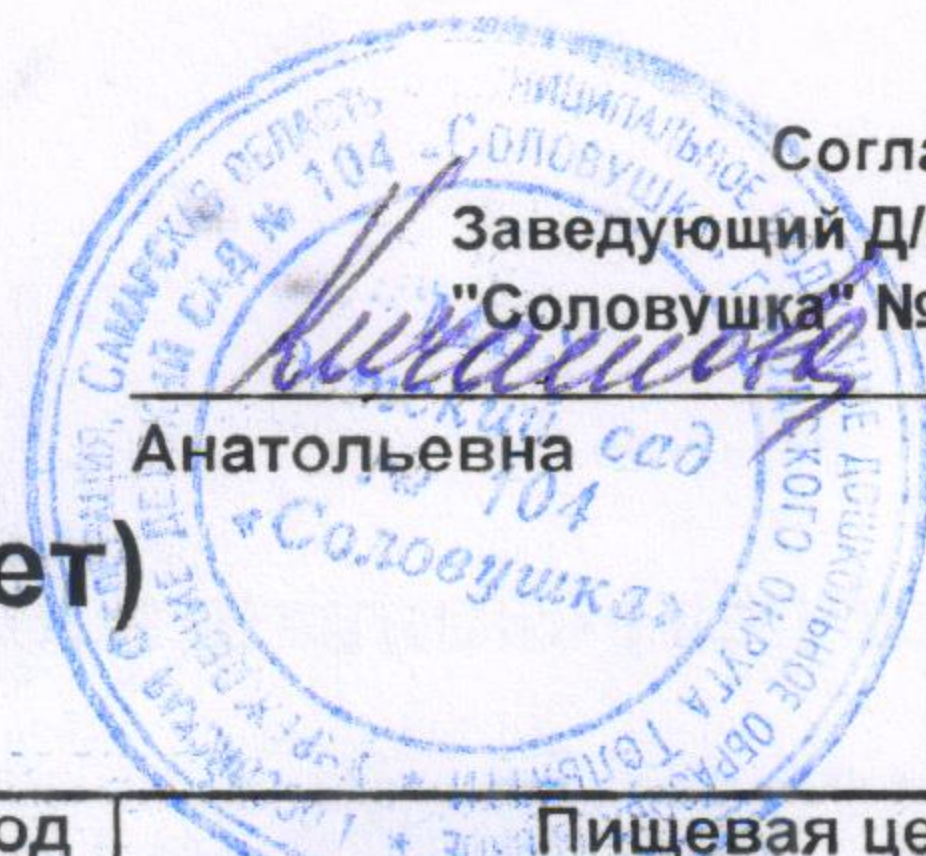




Согласовано:  
Заведующий Д/с № 104  
"Соловушка" № 1, ул. Шлютова, 130  
Кичатова Ольга

## МЕНЮ Д/сад (с 3 до 7 лет)

на 28.01.2026

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

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

### Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)

|        |       |                                                                                                                                   |         |      |       |       |        |
|--------|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|------|-------|-------|--------|
|        | 14728 | Батон с маслом<br>Батон в ассортименте д/с / Масло сливочное                                                                      | 30/5    | 2,29 | 4,50  | 15,49 | 111,56 |
|        | 15656 | Каша молочная пшеничная жидкая с сахаром и маслом<br>Вода / Крупа пшеничная д/с / Масло сливочное / Молоко / Сахар / Соль пищевая | 200/5/2 | 5,14 | 4,92  | 23,45 | 158,61 |
|        | 10970 | Какао напиток Мас Choco<br>Какао напиток МасChoco / Молоко / Вода / Сахар                                                         | 180     | 1,31 | 1,44  | 6,61  | 97,35  |
| Итого: |       |                                                                                                                                   |         | 8,73 | 10,85 | 45,54 | 367,52 |

### Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)

|        |       |                                                        |     |      |      |       |       |
|--------|-------|--------------------------------------------------------|-----|------|------|-------|-------|
|        | 15438 | Напиток сывороточный<br>Напиток сывороточный в ассорт. | 180 | 0,05 | 0,09 | 17,10 | 69,41 |
| Итого: |       |                                                        |     | 0,05 | 0,09 | 17,10 | 69,41 |

### Обед 1 (с 3 до 7 лет)

|                  |       |                                                                                                                                                                                                     |     |       |       |       |        |
|------------------|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|
| 22/11 Дели ПРИНТ | 13976 | Салат из свеклы с солеными огурцами Я<br>Огурцы соленые д/с / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль пищевая                                             | 40  | 0,58  | 2,09  | 3,66  | 35,79  |
|                  | 14796 | Суп лапша домашняя на кур. бульоне<br>Вода / Зелень / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Соль пищевая / Цыпленок бройлер 1 кат. п/ф / Яйцо куриное столовое шт | 200 | 6,75  | 8,50  | 11,45 | 149,29 |
|                  | 15818 | Биточки рубленые<br>Масло растительное / Молоко / Соль пищевая / Сухари панировочные / Фарш Мясной дуэт из мяса курицы и говядины / Хлеб пшеничный или хлеб зерновой                                | 60  | 7,81  | 10,90 | 9,44  | 167,11 |
|                  | 15515 | Капуста свежая тушеная<br>Капуста п/ф очищ / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Сахар / Соль пищевая                                                           | 130 | 3,10  | 4,74  | 12,96 | 106,85 |
|                  | 14602 | Компот из ягод<br>Смесь ягодная замороженная д/с / Сахар / Лимонная кислота / Вода                                                                                                                  | 180 | 0,22  | 0,09  | 11,16 | 94,18  |
|                  | 12807 | Хлеб ржаной<br>Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)                                                                                                                                                        | 40  | 2,72  | 0,52  | 15,92 | 79,24  |
|                  | 671   | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный или хлеб зерновой                                                                                                                                                  | 25  | 2,13  | 0,25  | 13,92 | 66,45  |
| Итого:           |       |                                                                                                                                                                                                     |     | 23,30 | 27,08 | 78,51 | 698,91 |

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

|                    |       |                                                                                                                                                                |        |       |       |        |          |
|--------------------|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------|-------|--------|----------|
|                    | 14118 | Салат из моркови с яблоками<br>Морковь свежая п/ф / Сахар / Яблоки свежие                                                                                      | 40     | 0,44  | 0,08  | 3,58   | 16,75    |
| ТТК                | 13473 | Десерт фруктовый (банан)<br>Бананы свежие                                                                                                                      | 60     | 1,49  | 0,50  | 20,79  | 93,62    |
|                    | 15941 | Пудинг из творога Дружба с повидлом<br>Запеканка творожная п/ф (творог обезж.) / Масло растительное / Повидло / Сухари панировочные / Яйцо куриное столовое шт | 120/20 | 10,46 | 5,19  | 21,48  | 186,36   |
| 392/2014 Дели плюс | 12824 | Чай с сахаром<br>Вода / Сахар / Чай черный                                                                                                                     | 180    |       |       | 9,98   | 39,92    |
|                    | 15958 | Печенье сдобное по-домашнему<br>Печенье сдобное по-домашнему                                                                                                   | 24     | 1,65  | 6,30  | 13,50  | 117,30   |
| Итого:             |       |                                                                                                                                                                |        | 14,03 | 12,07 | 69,33  | 453,95   |
| Всего:             |       |                                                                                                                                                                |        | 46,12 | 50,09 | 210,49 | 1 589,79 |

Зав.производством

Ответственный за производство  
2.3/2.4.3590-20

Россия, 445043, Сам. 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 28.01.2026

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    |
| Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)           |           |                                                                                                                                                                                                      |           |                  |       |          |          |
|                                    | 14728     | Батон с маслом<br>Батон в ассортименте д/с / Масло сливочное                                                                                                                                         | 30/5      | 2,29             | 4,50  | 15,49    | 111,56   |
|                                    | 15656     | Каша молочная пшеничная жидкая с сахаром и маслом<br>Вода / Крупа пшеничная д/с / Масло сливочное / Молоко / Сахар / Соль пищевая                                                                    | 200/5/2   | 5,14             | 4,92  | 23,45    | 158,61   |
|                                    | 10970     | Какао напиток Мас Choco<br>Какао напиток МасChoco / Молоко / Вода / Сахар                                                                                                                            | 180       | 1,31             | 1,44  | 6,61     | 97,35    |
| Итого:                             |           |                                                                                                                                                                                                      |           | 8,73             | 10,85 | 45,54    | 367,52   |
| Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)           |           |                                                                                                                                                                                                      |           |                  |       |          |          |
|                                    | 15438     | Напиток сывороточный<br>Напиток сывороточный в ассорт.                                                                                                                                               | 180       | 0,05             | 0,09  | 17,10    | 69,41    |
| Итого:                             |           |                                                                                                                                                                                                      |           | 0,05             | 0,09  | 17,10    | 69,41    |
| Обед 1 (с 3 до 7 лет)              |           |                                                                                                                                                                                                      |           |                  |       |          |          |
| 22/11 Дели ПРИНТ                   | 13976     | Салат из свеклы с солеными огурцами Я<br>Огурцы соленые д/с / Свекла п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль пищевая                                                 | 40        | 0,58             | 2,09  | 3,66     | 35,79    |
|                                    | 14796     | Суп лапша домашняя на кур. бульоне<br>Вода / Зелень / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Соль пищевая / Цыпленок бройлер. 1 кат. п/ф / Яйцо куриное столовое шт | 200       | 6,75             | 8,50  | 11,45    | 149,29   |
|                                    | 15818     | Биточки рубленые<br>Масло растительное / Молоко / Соль пищевая / Сухари панировочные / Фарш Мясной дуэт из мяса курицы и говядины / Хлеб пшеничный или хлеб зерновой                                 | 60        | 7,81             | 10,90 | 9,44     | 167,11   |
|                                    | 15515     | Капуста свежая тушеная<br>Капуста п/ф очищ / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Сахар / Соль пищевая                                                            | 130       | 3,10             | 4,74  | 12,96    | 106,85   |
|                                    | 14602     | Компот из ягод<br>Смесь ягодная замороженная д/с / Сахар / Лимонная кислота / Вода                                                                                                                   | 180       | 0,22             | 0,09  | 11,16    | 94,18    |
|                                    | 12807     | Хлеб ржаной<br>Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)                                                                                                                                                         | 40        | 2,72             | 0,52  | 15,92    | 79,24    |
|                                    | 671       | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный или хлеб зерновой                                                                                                                                                   | 25        | 2,13             | 0,25  | 13,92    | 66,45    |
| Итого:                             |           |                                                                                                                                                                                                      |           | 23,30            | 27,08 | 78,51    | 698,91   |
| Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет) |           |                                                                                                                                                                                                      |           |                  |       |          |          |
|                                    | 14118     | Салат из моркови с яблоками<br>Морковь свежая п/ф / Сахар / Яблоки свежие                                                                                                                            | 40        | 0,44             | 0,08  | 3,58     | 16,75    |
| ТТК                                | 13473     | Десерт фруктовый (банан)<br>Бананы свежие                                                                                                                                                            | 60        | 1,49             | 0,50  | 20,79    | 93,62    |
|                                    | 15941     | Пудинг из творога Дружба с повидлом<br>Запеканка творожная п/ф (творог обезж.) / Масло растительное / Повидло / Сухари панировочные / Яйцо куриное столовое шт                                       | 120/20    | 10,46            | 5,19  | 21,48    | 186,36   |
| 392/2014 Дели плюс                 | 12824     | Чай с сахаром<br>Вода / Сахар / Чай черный                                                                                                                                                           | 180       |                  |       | 9,98     | 39,92    |
|                                    | 15958     | Печенье сдобное по-домашнему<br>Печенье сдобное по-домашнему                                                                                                                                         | 24        | 1,65             | 6,30  | 13,50    | 117,30   |
| Итого:                             |           |                                                                                                                                                                                                      |           | 14,03            | 12,07 | 69,33    | 453,95   |
| Всего:                             |           |                                                                                                                                                                                                      |           | 46,12            | 50,09 | 210,49   | 1 589,79 |

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