

Общество с ограниченной ответственностью «ГАММА-плюс»

СОГЛАСОВАНО

Руководитель

М.В. Чирков
Кирилов



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

на период с 20.01.2025г. по 24.01.2025

Сборник рецептов	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества				
				Белки	Жиры	Углево-ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)
Понедельник																	
Завтрак 1 (до 3 лет)																	
22/11 Дели принт	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					
	15374	Каша молочная Дружба жидкая с сахаром и маслом	150/2	3,42	4,09	15,68	114,02	22,60	0,07	0,12	0,95	0,07					
	14630	Чай с молоком	150	1,33	1,47	9,15	55,18	9,20	0,02	0,07	0,60						
		Итого:	332	7,47	11,28	35,37	272,85	65,06	0,11	0,21	1,58	0,12					
	15439	Напиток сывороточный	150	0,05	0,08	14,25	66,00										
		Итого:	150	0,05	0,08	14,25	66,00										
Обед (до 3 лет)																	
22/11 Дели принт	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					
	14790	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	150	3,97	5,54	5,71	86,56		6,00	0,05	0,06	19,25	15,61				
	15494	Пельмени отварные "МясБери" с курицей, с маслом	150	20,21	13,70	34,40	341,74		8,00	0,00	0,00		0,02				
703/96	12819	Кисель из ягод	150	0,17	0,07	9,47	39,14			0,00	0,01	33,20	0,12				
	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:	535	28,26	21,88	71,98	598,70	14,00	0,18	0,12	87,10	17,46					
	12833	Десерт фруктовый (яблоко)	60	0,24	0,24	5,88	26,84			0,02	0,01	6,00	0,12				
	15391	Салат из квашеной капусты с луком	40	0,89	2,05	3,72	35,90			0,01	0,01	14,32	0,06				
28/2011	15827	Котлета рубленая (говядина,птица)	60	7,81	10,80	9,44	166,21		2,80	0,05	0,04	0,18	2,01				
	14936	Картофель отварной	100	2,00	3,34	16,30	103,23			0,12	0,07	20,00	1,41				
	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	12795	Булочка десертная (повидло)	50	3,81	4,59	30,77	179,64		9,00	0,08	0,05	0,16	2,03				
		Итого:	475	16,08	21,23	78,87	574,88	12,70	0,29	0,19	40,68	5,87					
		Итого:	1 492	51,87	54,58	201,45	1 512,42	91,76	0,57	0,52	99,34	23,55					
Вторник																	
Завтрак 1 (до 3 лет)																	
22/11 Дели принт	12797	Батон с маслом	20/5	1,54	4,21	10,35	85,39	20,00	0,02	0,01							
	13601	Омлет натуральный	80	6,73	12,44	1,45	144,68	4,60	0,01	0,03	0,30	0,05					
	14679	Какао с молоком	150	3,15	3,24	12,51	91,86	18,40	0,04	0,14	1,20						
	13097	Десерт фруктовый яблоко	80	0,32	0,32	7,84	35,52			0,02	0,02	8,00	0,02				
		Итого:	335	11,74	20,21	32,16	357,45	43,00	0,09	0,20	9,50	1,58					
40/17/2014 Дели плюс	12821	Ряженка	150	4,47	3,85	6,47	78,39	30,80	0,03	0,20	0,46						
		Итого:	150	4,47	3,85	6,47	78,39	30,80	0,03	0,20	0,46						
Обед (до 3 лет)																	
	15236	Витаминный стол С (лук,чеснок)	5	0,21	0,02	1,01	5,05			0,00	0,00	0,56	0,17				
	14099	Салат Бурячок	40	0,83	2,50	4,00	41,74			0,02	0,02	4,80	1,12				
	14895	Суп крестьянский с крупой на курином бульоне	150	4,48	5,82	8,43	104,03	6,60	0,05	0,05	12,92	9,96					
	15216	Пудинг рыбный запеченый	60	11,57	4,60	3,84	103,08	14,03	0,02	0,03	0,09	1,30					
	14824	Картофельное пюре	110	2,41	3,72	16,19	107,83	18,88	0,12	0,10	19,03	0,13					
	14631	Компот из яблок	150	0,14	0,14	9,32	39,05			0,01	0,01	3,40	0,07				
	12807	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24			0,07	0,03		2,72				
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04			0,03	0,01		0,35				
		Итого:	570	23,65	17,51	65,49	514,16	39,51	0,34	0,25	40,79	15,82					
	15535	Икра кабачковая (консерв)	40	0,80	3,74	3,23	49,77										
298/14 Дели плюс	15849	Голубцы ленивые из говядины с рисом	60	4,11	5,68	4,34	84,89										
	15234	Макаронны отварные А Я	100/5	3,85	5,45	24,68	163,15	5,00	0,02	0,03	16,70	17,12					
	15305	Чай без сахара	150	0,04	0,01	0,01	0,31			0,06	0,01		2,75				
	12794	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38						0,46				
	13651	Вафли в асс 18 г.	103	1,03	5,22	11,16	95,72			0,05	0,02		0,46				
		Итого:	375	18,66	24,18	50,34	439,22	5,90	0,12	0,06	16,70	20,33					
		Итого:	1 430	59,41	65,75	154,44	1 389,19	118,31	0,59	0,71	67,45	37,73					
Среда																	
Завтрак 1 (до 3 лет)																	
3/2011 Дели принт	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					
	15363	Каша молочная ячневая жидкая с сахаром и маслом	150/5/2	3,66	4,01	18,29	123,86	22,78	0,07	0,13	0,96	0,25					
	14630	Чай с молоком	150	1,33	1,47	9,15	55,18	9,20	0,02	0,07	0,60						
		Итого:	337	7,71	11,19	37,79	282,70	65,22	0,11	0,22	1,59	0,30					
	15439	Напиток сывороточный	150	0,05	0,08	14,25	66,00										
		Итого:	150	0,05	0,08	14,25	66,00										
Обед (до 3 лет)																	
33/2011 Дели принт	12801	Салат из свеклы	40	0,60	2,44	3,52	38,42		0,01	0,02	4,00	1,11					
	14676	Суп лапша домашняя на кур.бульоне	150	5,06	6,37	8,59	111,97	14,63	0,04	0,05	1,76	1,55					
	15857	Фрикадельки мясные	50	9,09	7,71	5,71	128,59					0,89					
13/7/2014 Дели принт	13981	Рагу из овощей	100/5	1,96	8,99	11,20	133,54	27,50	0,07	0,06	17,89	10,07					
	14768	Компот из слив	150	0,12	0,05	6,43	26,61			0,09	0,06	15,00	0,90				
	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:	545	20,59	28,21	66,43	543,93	42,13	0,31	0,23	38,64	15,39					
41/2011 Дели принт	13763	Салат из моркови с сахаром	40	0,50	0,04	4,65	20,92		0,02	0,03	1,92	0,15					
ТТК	12906	Десерт фруктовый (яблоко)	90	0,36	0,36	8,82	39,96		0,03	0,02	9,00	0,18					
	15867	Запеканка творожная с крошкой Дружба с молоком сгущенным	100/20	14,90	8,20	30,97	257,28	58,00	0,04	0,10	0,20	0,54					
	15305	Чай без сахара	150	0,04	0,01	0,01	0,31										
	15397	Печенье Сахарное	20	1,50	1,96	14,88	83,16										
		Итого:	420	17,36	10,67	65,33	491,63	59,00	0,09	0,14	11,12	0,88					
		Итого:	1 452	45,66	48,04	167,79	1 294,28	165,35	0,52	0,59	51,36	16,66					
Четверга																	
Завтрак 1 (до 3 лет)																	
	14805	Яйцо вареное	20	2,55	2,30	0,15	31,50	94,00				0,18					
3/2011 Дели принт	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					
	15293	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,38	4,60	14,61	117,39	27,00	0,06	0,16	1,37	0,20					

