Согласовано _____

_____/ _____/

МБУ «Гимназия №39»

OU=Директор, O="МБУ ""
Гимназия № 39""", CN=
Гранченко Дмитрий
Викторович, E=school39@
edu.tgl.ru
00e54ec70de4dcae76
2025.02.11 08:18:52+04'00'

Согласовано
Директор ООО "РАММА"
_____ / Т.В. Солоднева /

Цикличное меню Ясли 4-х разовое

на период с 03.02.2025г. по 07.02.2025

Сборник рецептур	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность: Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Витамины: A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мкг)	I (мкг)	Минеральные вещества: Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)
Понедельник																		
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			49,88	4,39	40,00	0,30
	15376	Каша молочная кукурузная жидкая с сахаром и маслом	150/5/2	4,70	4,23	29,67	176,33	23,12	0,07	0,14	0,98	0,02			96,82	10,67	68,94	0,92
	14630	Чай с молоком	150	1,33	1,47	9,15	55,18	9,20	0,02	0,07	0,60				55,41	6,44	41,40	0,07
		Итого:	337	8,75	11,41	49,36	335,17	65,58	0,11	0,23	1,62	0,07			204,11	21,50	150,34	1,28
Завтрак 2 (до 3 лет)																		
	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)																		
	15535	Икра кабачковая (консерв)	40	0,80	3,74	3,23	49,77											
	15534	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной на кур.бульоне ЯС	150/10	4,23	7,04	6,07	104,54	16,00	0,06	0,07	19,29	15,64			44,64	17,89	61,69	0,79
ТТК	15832	Котлета Сочная	50	7,50	10,97	2,50	138,73					1,55					0,07	
	14634	Рис отварной с овощами	100	2,48	3,64	24,73	141,55		0,04	0,02	1,41	1,66			11,13	22,33	59,51	0,49
	14809	Компот из сухофруктов	150			5,99	23,95								0,18			0,02
	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	8,10	20,40	0,54
		Итого:	555	19,02	26,10	65,21	571,82	16,00	0,20	0,13	20,70	21,92			78,94	48,32	141,67	3,40
Уплотненный полдник (до 3 лет)																		
	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
	14677	Рулет мясной с луком и яйцом	60	6,35	8,95	6,31	131,22	19,50	0,03	0,06	3,53	1,39			27,39	8,16	40,72	2,12
	14863	Картофель запеченый с растительным маслом	110	2,48	4,09	20,21	127,60		0,15	0,09	24,80	1,72			14,98	28,67	72,52	1,14
	15305	Чай без сахара	150	0,04	0,01	0,01	0,31											
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04		0,03	0,01		0,35			4,20	8,10	20,40	0,54
	15764	Мармелад в ассортименте	16	0,01	0,02	9,04	36,38											
	13304	Десерт фруктовый яблоко	100	0,40	0,40	9,80	44,40		0,03	0,02	10,00	0,03			16,00	9,00	11,00	2,20
		Итого:	491	11,14	16,15	55,65	412,49	19,50	0,27	0,19	42,63	4,62			72,70	62,68	163,49	6,36
		Итого:	1 533	38,96	53,74	184,47	1 385,47	101,08	0,58	0,56	64,94	26,61			355,75	132,50	455,51	11,04
Вторник																		
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			49,88	4,39	40,00	0,30
215 ДеЛи принт	13601	Омлет натуральный	80	6,73	12,44	1,45	144,68	4,60	0,01	0,03	0,30	1,51			29,44	3,33	21,14	0,04
	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
	13097	Десерт фруктовый яблоко	80	0,32	0,32	7,84	35,52		0,02	0,02	8,00	0,02			12,80	7,20	8,80	1,76
		Итого:	340	12,93	21,71	32,15	375,72	56,26	0,10	0,22	9,63	1,58			205,32	36,30	165,84	2,66
Завтрак 2 (до 3 лет)																		
401/2014 Дели плюс	12821	Ряженка	150	4,47	3,85	6,47	78,39	30,80	0,03	0,20	0,46				190,96	21,56	141,68	0,15
		Итого:	150	4,47	3,85	6,47	78,39	30,80	0,03	0,20	0,46				190,96	21,56	141,68	0,15
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			14,80	8,80	17,25	0,56
	15236	Витаминный стол С (лук,чеснок)	5	0,21	0,02	1,01	5,05		0,00	0,00	0,56	0,17			5,54	1,19	4,30	0,06
	14624	Суп из овощей кур бульоне	150	3,86	4,83	6,99	86,87	5,63	0,07	0,06	13,70	6,82			24,75	17,15	57,75	0,75
	15812	Запеканка картофельная с минтаем	120	7,83	8,30	20,67	188,68		0,18	0,12	23,80	3,53			27,78	29,15	75,35	1,49
703/96	12819	Кисель из ягод	150	0,17	0,07	9,47	39,14		0,00	0,01	33,20	0,12			6,36	5,15	5,75	0,24
	12794	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46			5,60	10,80	27,20	0,72
	12807	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		2,72			18,80			1,56
		Итого:	525	17,10	16,43	66,62	482,77	5,63	0,38	0,25	75,26	14,92			103,62	72,24	187,59	5,38
Уплотненный полдник (до 3 лет)																		
20/14 ДеЛи плюс	12815	Салат из свежей капусты	40	0,62	2,03	3,76	35,81		0,01	0,02	14,42	15,12			19,25	6,75	12,64	0,25
286/2014 ДеЛи плюс	15837	Тефтели мясные с соусом сметанным	60/60	7,02	10,22	8,85	155,45	17,40	0,04	0,04	1,42	1,08			36,14	9,86	42,05	0,49
	14671	Каша гречневая вязкая	100	3,08	3,34	13,89	97,94	14,00	0,10	0,05		0,23			5,78	48,51	73,33	1,63
	14670	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	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	8,10	20,40	0,54
	14743	Булочка Молочная	50	4,41	3,61	24,58	148,47	4,08	0,07	0,05	0,27	1,58			32,19	7,89	45,27	0,44
		Итого:	475	16,46	19,41	64,85	499,92	35,48	0,26	0,17	16,10	19,36			97,76	81,11	193,70	3,38
		Итого:	1 490	50,96	61,40	170,09	1 436,79	128,17	0,77	0,84	101,35	34,86			597,66	211,20	688,81	11,56
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			49,88	4,39	40,00	0,30
	15378	Каша молочная пшенная жидкая с сахарм и маслом	150/5/2	5,66	4,86	28,52	180,44	23,12	0,16	0,13	0,98	0,11			100,92	35,57	138,84	0,92
	14630	Чай с молоком	150	1,33	1,47	9,15	55,18	9,20	0,02	0,07	0,60				55,41	6,44	41,40	0,07
		Итого:	337	9,72	12,04	48,01	339,28	65,58	0,20	0,22	1,62	0,16			206,21	46,40	220,24	1,28
Завтрак 2 (до 3 лет)																		
	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)																		
25/04	13337	Салат Степной	40	0,65	1,58	3,40	30,39		0,03	0,02	3,92	0,74			10,25	8,58	19,88	0,30
	15639	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне	150	3,83	5,52	7,30	94,21	6,00	0,04	0,05	11,64	6,82			31,89	17,59	55,80	0,91
	15258	Гуляш из отварного мяса говядины	30/30	9,12	10,61	1,88	139,49		0,04	0,06	0,60	1,37			14,05	1,54	6,42	1,43
	15234	Макароны отварные А Я	100/5	3,85	5,45	24,68	163,15		0,06	0,01		2,75			10,70	5,84	31,38	0,59
	14768	Компот из слив	150	0,12	0,05	6,43	26,61		0,09	0,06	15,00	0,90			30,15	13,50	30,00	0,77
	12807	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		2,72			18,80			1,56
	12794	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46			5,60	10,80	27,20	0,72
		Итого:	565	22,01	23,98	68,65	578,46	6,00	0,37	0,27	31,16	15,75			121,44	57,85	170,67	6,28
Уплотненный полдник (до 3 лет)																		
	14118	Салат из моркови с яблоками	40	0,44	0,08	3,58	16,75		0,02	0,02	2,64	0,14			9,93	12,42	17,75	0,46
	15756	Сырники классические со сгущеным молоком	100/20	13,65	10,21	43,21	319,39		0,01	0,03	0,20	1,55			62,14	6,94	46,79	0,04
	15305	Чай без сахара	150	0,04	0,01	0,01	0,31											
	15532	Пряники в асс. 27г.	27	1,35	1,49	20,20	99,61											
	13304	Десерт фруктовый яблоко	100	0,40	0,40	9,80	44,40		0,03	0,02	10,00	0,03			16,00	9,00	11,00	2,20
		Итого:	437	15,88	12,19	76,81	480,45		0,06	0,07	12,84	1,73			88,07	28,36	75,54	2,70
		Итого:	1 489	47,65	48,29	207,72	1 464,19	71,58	0,64	0,56	45,62	17,64			415,72	132,61	466,45	10,26
Четверг																		
Завтрак 1 (до 3 лет)																		
2/2011 Дели принт	12797	Батон с маслом	20/5	1,54	4,21	10,35	85,39	20,00	0,02	0,01		0,05			5,00	2,60	14,50	0,25
	14805	Яйцо вареное	20	2,55	2,30	0,15	31,50	94,00	0,02	0,13		0,18			10,80	6,00	43,60	0,64
	14810	Суп молочный геркулесовый	150	4,16	5,01	11,71	108,56	27,00	0,08	0,17	1,37	0,16			131,08	26,31	124,47	0,44
	14633	Кофейный напиток с молоком	150	2,30	2,40	12,23	79,74	15,00	0,03	0,11	0,98				90,21	10,50	67,50	0,10
		Итого:	345	10,55	13,91	34,44	305,19	156,00	0,16	0,42	2,34	0,39			237,09	45,41	250,07	1,42
Завтрак 2 (до 3 лет)																		
401/2014 Дели плюс	12810	Кефир	150	4,47	3,85	6,16	77,15	30,80	0,06	0,26	1,08				1,85	21,56	138,60	0,15
		Итого:	150	4,47	3,85	6,16	77,15	30,80	0,06	0,26	1,08				1,85	21,56	138,60	0,15
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
	14682	Суп гороховый на кур.бульоне	150	6,06	2,75	11,89	96,52	5,25	0,17	0,07	7,38	0,27			27,82	24,70	76,12	1,47
	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			4,16	0,22	1,35	0,03
	14831	Напиток лимонный	150	0,11	0,01	5,35	21,94		0,00	0,00	4,60	0,02			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	8,10	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:	535	30,43	19,09	74,43	691,24	13,25	0,29	0,14	14,45	2,11			66,85	47,61	119,69	3,66
Уплотненный полдник (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			14,80	8,80	17,25	0,56
ТТК	12833	Десерт фруктовый (яблоко)	60	0,24	0,24	5,88	26,64		0,02	0,01	6,00	0,12			9,60	5,40	6,60	1,32
	15493	Биточки рыбные с овощами запеченные пбг (навага)	60	12,36	6,76	5,35	131,73	26,43	0,03	0,05	3,60	4,71			60,00	10,34	51,37	1,14
472/96	12841	Картофельное пюре	100	2,20	3,39	14,72	98,15	17,16	0,11	0,09	17,31	0,12			32,03	22,10	65,61	0,82
	14670	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28,21								0,21			0,02
	14019	Крендель сахарный	30	2,43	4,37	18,75	124,00	6,90	0,03	0,03	0,06	1,90			12,43	3,63	24,39	0,81
	12794	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46			5,60	10,80	27,20	0,72
		Итого:	460	19,58	17,46	64,26	492,54	50,49	0,24	0,21	30,98	8,42			134,67	61,27	192,42	5,40
		Итого:	1 490	65,02	54,32	179,29	1 466,12	250,54	0,75	1,04	48,85	10,92			440,45	175,85	700,77	10,64
Пятница																		
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			49,88	4,39	40,00	0,30
	15568	Каша молочная рисовая жидкая с сахаром и маслом	150/5/2	3,93	4,22	25,83	156,99	23,84	0,05	0,13	1,03	0,11			96,99	22,73	106,83	0,34
	14630	Чай с молоком	150	1,33	1,47	9,15	55,18	9,20	0,02	0,07	0,60				55,41	6,44	41,40	0,07
		Итого:	337	7,99	11,40	45,33	315,82	66,30	0,09	0,23	1,66	0,16			204,28	33,55	188,23	0,71
Завтрак 2 (до 3 лет)																		
	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)																		
	13874	Салат Здоровье	40	0,70	7,34	2,77	79,94		0,02	0,02	3,05	3,33			11,35	10,23	19,84	0,36
	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			22,00	8,13	51,82	1,26
276/2014 ДеЛи принт	15829	Жаркое по- домашнему из говядины	25/125	10,31	11,01	22,42	230,00		0,19	0,16	27,50	1,93			21,35	31,97	83,25	2,38
	14618	Компот из ягод	150	0,15	0,06	16,07	65,42		0,01	0,01	30,00	0,15			5,85	4,65	4,95	0,24
	12794	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46			5,60	10,80	27,20	0,72
	12807	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		2,72			18,80			1,56
		Итого:	550	20,66	25,57	74,81	611,94	14,63	0,37	0,28	62,30	10,14			84,95	65,77	187,06	6,54
Уплотненный полдник (до 3 лет)																		
41/2011 Дели принт	13783	Салат из моркови с сахаром	40	0,50	0,04	4,65	20,92		0,02	0,03	1,92	0,15			10,43	14,59	21,12	0,27
	15873	Пудинг из творога с молоком сгущ.Дружба	100/10	17,83	8,38	24,43	196,76	32,50	0,04	0,06	0,12	0,49			49,51	11,84	57,26	1,85
	15305	Чай без сахара	150	0,04	0,01	0,01	0,31											
	15387	Печенье Сахарное	20	1,50	1,96	14,88	83,16											
	13097	Десерт фруктовый яблоко	80	0,32	0,32	7,84	35,52		0,02	0,02	8,00	0,02			12,80	7,20	8,80	1,76
		Итого:	400	20,19	10,71	51,81	336,67	32,50	0,08	0,10	10,04	0,66			72,74	33,63	87,18	3,89
		Итого:	1 437	48,88	47,75	186,19	1 330,44	113,43	0,55	0,61	74,00	10,96			361,97	132,95	462,47	11,13