

Согласовано \_\_\_\_\_



**Циклическое меню Ясли 4-х разовое**

на период с 17.02.2025г. по 21.02.2025

Сборник рецептов	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества						
				Белки	Жиры	Угле-Ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	K2P (мг/г)	Ca (мг/г)	Mg (мг/г)	P (мг/г)	Fe (мг/г)		
<b>Понедельник</b>																			
<b>Завтрак 1 (до 3 лет)</b>																			
320111	Делия пренит	12811	Батон с маслом и сыром	20/5/6	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
		15374	Каша молочная Дружба жидкая с сахаром и маслом	150/2	3,42	4,09	15,88	114,02	22,60	0,07	0,12	0,95	0,07			92,15	19,53	60,06	0,36
		14630	Чай с молоком	150	1,33	1,47	9,15	55,18	9,20	0,02	0,07	0,80			55,41	6,44	41,40	0,07	
			<b>Итого:</b>	<b>332</b>	<b>7,47</b>	<b>11,28</b>	<b>35,37</b>	<b>272,85</b>	<b>65,06</b>	<b>0,11</b>	<b>0,21</b>	<b>1,58</b>	<b>0,12</b>			<b>197,44</b>	<b>30,36</b>	<b>174,48</b>	<b>0,73</b>
<b>Завтрак 2 (до 3 лет)</b>																			
		15439	Напиток сывороточный	150	0,05	0,08	14,25	66,00											
			<b>Итого:</b>	<b>150</b>	<b>0,05</b>	<b>0,08</b>	<b>14,25</b>	<b>66,00</b>											
<b>Обед (до 3 лет)</b>																			
		13276	Салат из картофеля с солеными огурцами Я	40	0,58	2,09	3,66	35,79		0,03	0,02	4,65	0,96		6,11	9,24	16,83	0,31	
		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	
		15494	Пельмени отварные "МасБери" 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	
		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	
		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	
		12846	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42		14,10			1,17	
			<b>Итого:</b>	<b>545</b>	<b>28,52</b>	<b>23,48</b>	<b>72,32</b>	<b>614,88</b>	<b>24,00</b>	<b>0,18</b>	<b>0,13</b>	<b>67,14</b>	<b>17,49</b>		<b>81,88</b>	<b>40,80</b>	<b>198,02</b>	<b>3,09</b>	
<b>Уплотненный полдник (до 3 лет)</b>																			
		12671	Десерт фруктовый (яблоко)	70	0,28	0,28	6,86	31,08		0,02	0,01	7,00	0,14		11,20	6,30	7,70	1,54	
		15854	Котлета рубленая (говядина,птица)	50	6,54	9,13	7,79	139,53	2,34	0,04	0,03	0,15	1,70		20,40	10,58	32,86	0,88	
		14863	Картофель запеченный с растительным маслом	110	2,48	4,09	20,21	127,80		0,15	0,09	24,80	1,72		14,98	29,67	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	
		15710	Вафли Джумка	16,6	1,00	3,65	10,45	78,65											
			<b>Итого:</b>	<b>411,6</b>	<b>11,63</b>	<b>17,36</b>	<b>52,11</b>	<b>411,20</b>	<b>2,34</b>	<b>0,24</b>	<b>0,14</b>	<b>31,85</b>	<b>3,91</b>		<b>60,78</b>	<b>63,63</b>	<b>133,47</b>	<b>3,89</b>	
			<b>Итого:</b>	<b>1 438,6</b>	<b>47,67</b>	<b>52,20</b>	<b>174,05</b>	<b>1 364,72</b>	<b>81,40</b>	<b>0,53</b>	<b>0,49</b>	<b>90,67</b>	<b>21,52</b>		<b>329,77</b>	<b>124,69</b>	<b>416,96</b>	<b>7,71</b>	
<b>Вторник</b>																			
<b>Завтрак 1 (до 3 лет)</b>																			
2/2011	Делия пренит	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	14,60	0,25	
215	Делия пренит	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			115,20	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	1,78	
			<b>Итого:</b>	<b>335</b>	<b>11,74</b>	<b>20,21</b>	<b>32,16</b>	<b>357,45</b>	<b>43,00</b>	<b>0,09</b>	<b>0,20</b>	<b>9,50</b>	<b>1,59</b>		<b>169,44</b>	<b>34,51</b>	<b>140,34</b>	<b>2,60</b>	
<b>Завтрак 2 (до 3 лет)</b>																			
401/2014	Делия плюс	12621	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	
			<b>Итого:</b>	<b>150</b>	<b>4,47</b>	<b>3,85</b>	<b>6,47</b>	<b>78,39</b>	<b>30,80</b>	<b>0,03</b>	<b>0,20</b>	<b>0,46</b>			<b>190,96</b>	<b>21,56</b>	<b>141,68</b>	<b>0,15</b>	
<b>Обед (до 3 лет)</b>																			
		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	
		14099	Салат Бурячок	40	0,83	2,50	4,00	41,74		0,02	0,02	4,80	1,12		12,88	8,83	20,08	0,65	
		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		33,19	16,54	71,35	0,79	
		15216	Пудинг рыбный запеченный	60	11,57	4,60	8,34	103,08	14,03	0,02	0,03	0,09	1,30		13,38	5,04	23,54	1,25	
		14824	Картофельное пюре	110	2,41	3,72	16,19	107,93	18,68	0,12	0,10	19,03	0,13		35,23	24,30	72,14	0,90	
		14631	Компот из яблок	150	0,14	0,14	9,32	39,05		0,01	0,01	3,40	0,07		5,62	3,06	3,74	0,77	
		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	
			<b>Итого:</b>	<b>570</b>	<b>23,65</b>	<b>17,61</b>	<b>65,49</b>	<b>514,15</b>	<b>39,51</b>	<b>0,34</b>	<b>0,25</b>	<b>40,79</b>	<b>15,82</b>		<b>128,82</b>	<b>67,06</b>	<b>215,55</b>	<b>6,52</b>	
<b>Уплотненный полдник (до 3 лет)</b>																			
		15535	Икра кабачковая (консерв)	40	0,80	3,74	3,23	49,77											
296/14	Делия плюс	15849	Голубцы ленивые из говядины с рисом	60	4,11	5,68	4,34	84,89	5,00	0,02	0,03	16,70	17,12		20,37	8,20	22,44	0,79	
		15234	Макаронные 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	
		15305	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	27,20	0,72	
		13651	Вафли в ас 18 г.	1,03	5,22	11,16	95,72												
			<b>Итого:</b>	<b>375</b>	<b>19,66</b>	<b>24,18</b>	<b>60,34</b>	<b>439,22</b>	<b>5,00</b>	<b>0,12</b>	<b>0,06</b>	<b>16,70</b>	<b>20,33</b>		<b>36,67</b>	<b>24,84</b>	<b>81,02</b>	<b>2,10</b>	
			<b>Итого:</b>	<b>1 430</b>	<b>59,41</b>	<b>65,75</b>	<b>154,44</b>	<b>1 389,19</b>	<b>118,31</b>	<b>0,59</b>	<b>0,71</b>	<b>67,45</b>	<b>37,73</b>		<b>516,89</b>	<b>147,97</b>	<b>578,58</b>	<b>11,88</b>	
<b>Среда</b>																			
<b>Завтрак 1 (до 3 лет)</b>																			
3/2011	Делия пренит	12811	Батон с маслом и сыром	20/5/6	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	
		15363	Каша молочная ячневая жидкая с сахаром и маслом	150/2	3,66	4,01	18,29	123,86	22,76	0,07	0,13	0,96	0,25		102,29	17,90	118,70	0,37	
		14630	Чай с молоком	150	1,33	1,47	9,15	55,18	9,20	0,02	0,07	0,80			55,41	6,44	41,40	0,07	
			<b>Итого:</b>	<b>337</b>	<b>7,71</b>	<b>11,19</b>	<b>37,79</b>	<b>282,70</b>	<b>65,22</b>	<b>0,11</b>	<b>0,22</b>	<b>1,59</b>	<b>0,30</b>		<b>207,68</b>	<b>28,72</b>	<b>200,10</b>	<b>0,74</b>	
<b>Завтрак 2 (до 3 лет)</b>																			
		15439	Напиток сывороточный	150	0,05	0,08	14,25	66,00											
			<b>Итого:</b>	<b>150</b>	<b>0,05</b>	<b>0,08</b>	<b>14,25</b>	<b>66,00</b>											
<b>Обед (до 3 лет)</b>																			
33/2011	Делия пренит	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	
		14676	Суп лапша домашняя на кур.бульоне	150	5,06	6,37	8,59	111,97	14,03	0,04	0,05	1,76	1,55		22,00	8,13	51,82	1,28	
		15857	Фрикадельки мясные	50	9,09	7,71	5,71	128,59										0,04	
137/2014	Делия пренит	13981	Рагу из овощей	100/5	1,86	8,99	11,20	133,54	27,50	0,07	0,06	17,89	10,07		33,82	20,95	63,63	0,76	
		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	30,90	0,77	
		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	
			<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>26,84</b>	<b>25,27</b>	<b>68,16</b>	<b>652,40</b>	<b>42,13</b>	<b>0,32</b>	<b>0,23</b>	<b>38,64</b>	<b>17,47</b>		<b>123,77</b>	<b>69,48</b>	<b>173,04</b>	<b>5,47</b>	
<b>Уплотненный полдник (до 3 лет)</b>																			
41/2011	Делия пренит	13783	Салат из моркови с сахаром	40	0,50	0,04	4,65												

20211 Дели прит	12797	Батон с маслом	20/5	1,54	4,21	10,35	65,39	20,00	0,02	0,01		0,05			5,00	2,60	14,50	0,25
	15376	Каша молочная кукурузная жидкая с сахаром и маслом	150/5/2	4,70	4,23	29,87	176,33	23,12	0,07	0,14	0,98	0,02			96,82	10,87	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:	332	7,57	9,91	49,36	316,89	52,32	0,11	0,22	1,58	0,07			159,23	19,71	124,84	1,23

**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)**

	15236	Витаминный стол С (пук,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
	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
	14682	Суп гороховый на кур.Бульоне	150	6,06	2,75	11,69	96,52	5,25	0,17	0,07	7,38	0,27			27,82	24,70	78,12	1,47
	15852	Залеканка картофельная с говядиной С	150	9,79	13,48	26,11	264,03	1,06	0,18	0,10	29,71	2,88			18,40	35,74	92,73	1,47
	14626	Напиток из плодов шиповника	150	0,51	0,21	14,23	60,85		0,01	0,05	150,00	0,57			9,21	2,55	2,55	0,47
	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:	540	20,89	24,39	74,73	600,78	6,31	0,47	0,28	190,70	7,98			80,61	82,51	215,93	5,63

**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
ТТК	12906	Десерт фруктовый (яблоко)	90	0,36	0,36	8,82	39,96		0,03	0,02	9,00	0,18			14,40	8,10	9,90	1,98
	15883	Вареники ленивые отварные с молоком сгущ.	100/20	1,29	1,58	2,08	27,87		0,01	0,03	0,20				64,03	6,87	46,26	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											
		Итого:	427	3,48	3,61	34,70	184,30		0,06	0,07	11,84	0,32			88,36	27,39	73,91	2,48
		Итого:	1 449	31,69	37,88	173,04	1 167,95	68,63	0,64	0,57	204,11	8,38			338,21	129,61	414,89	9,25