

Согласовано _____

Согласовано
Директор ООО "ТАММА"
ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ
ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ

Циклическое меню Сад 4-х разовое

на период с 24.02.2025г. по 28.02.2025

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)	Zn (мг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)
Понедельник																		
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																		
	14884	Батон с маслом и сыром	30/5/5	3,47	6,00	15,49	129,83	33,26	0,04	0,03	0,04	0,05			51,78	5,69	46,50	0,42
	15366	Каша молочная манная жидкая с сахаром и маслом	200/5/2	6,25	5,14	31,72	198,13	29,12	0,09	0,17	1,37	0,48			134,61	20,39	122,05	0,44
396/2014 Дели плюс	12832	Кофейный напиток с молоком	180	2,79	2,89	16,79	104,29	18,00	0,04	0,14	1,17			108,30	12,60	81,00	0,12	
		Итого:	427	12,61	14,02	64,00	432,26	80,38	0,16	0,34	2,68	0,53			294,69	38,68	249,55	0,98
	15439	Напиток сывороточный	150	0,05	0,08	14,25	66,00											
		Итого:	150	0,05	0,08	14,25	66,00											
Обед 1 (с 3 до 7 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	6,80	17,25	0,56
	14835	Суп из овощей на кур.бульоне	200	5,15	6,44	9,32	115,82	7,50	0,09	0,08	18,27	9,10			33,00	22,87	77,00	1,00
	15902	Шницель Любительский	60		3,00		26,97					1,33					0,06	
	15362	Картофельное пюре	130	2,86	4,37	19,15	127,38	22,16	0,14	0,11	22,49	0,16			41,93	28,75	85,48	1,07
	14846	Компот из сливы	180	0,14	0,05	7,72	31,93		0,11	0,07	18,00	1,08			36,18	16,20	36,00	0,92
ТТК	12846	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42			14,10			1,17
	671	Хлеб пшеничный	25	2,13	0,25	13,92	66,45		0,06	0,02		0,58			7,00	13,50	34,00	0,90
		Итого:	665	12,92	16,94	65,56	466,40	29,66	0,45	0,32	62,76	12,76			147,01	90,12	249,79	6,81
Уютный полдник (с 3 до 7 лет)																		
	360	Икра кабачковая (консервы)	30	0,60	2,80	2,43	37,32											
ТТК	12871	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
ТТК	13333	Плов из мяса свинины	30/150	12,65	18,06	41,48	379,04		0,06	0,04	1,78	2,51			19,24	34,08	95,32	0,82
392/2014 Дели плюс	12824	Чай с сахаром	180			9,98	39,92								0,30			0,03
ТТК	12881	Плюшка Московская	50	4,27	3,50	31,19	173,37	3,50	0,07	0,02		1,83			8,89	6,15	34,79	0,82
	671	Хлеб пшеничный	25	2,13	0,25	13,92	66,45		0,06	0,02		0,58			7,00	13,50	34,00	0,90
		Итого:	535	19,93	24,89	105,86	727,19	3,50	0,20	0,09	8,78	5,06			46,63	69,04	171,81	4,11
		Итого:	1 777	45,41	55,93	249,67	1 691,84	113,54	0,82	0,76	74,11	19,36			488,33	188,83	671,16	10,70
Вторник																		
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																		
	14884	Батон с маслом и сыром	30/5/5	3,47	6,00	15,49	129,83	33,26	0,04	0,03	0,04	0,05			51,78	5,69	46,50	0,42
	15507	Морковь порционная	25	0,33	0,03	1,73	8,43		0,02	0,02	1,25	0,10			6,75	9,50	13,75	0,18
	14638	Омлет натуральный	100	10,51	13,21	1,92	168,61	5,76	0,01	0,04	0,37	1,86			36,40	4,14	26,38	0,04
	12813	Чай с молоком	180	1,60	1,76	10,97	66,09	11,00	0,02	0,08	0,72			66,25	7,70	49,50	0,08	
		Итого:	345	15,90	20,99	30,19	372,96	50,02	0,08	0,17	2,38	2,01			161,18	27,03	136,13	0,72
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 1 (с 3 до 7 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			8,11	9,24	18,83	0,31
	15640	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне	200	5,11	7,36	9,74	125,61	8,00	0,06	0,07	15,52	9,09			42,51	23,46	74,40	1,21
	14850	Мякоть цыпленка тушеная в сметанном соусе	40/40	5,34	4,90	14,78	124,58	10,00	0,01	0,01	0,04	0,08			10,52	1,45	8,92	0,07
	15205	Макаронные отварные с маслом растительным	150/5	5,78	5,68	37,01	222,25		0,09	0,02		3,01			15,86	8,75	46,98	0,89
	12849	Сок	180	0,90	0,18	16,18	77,94		0,02	0,02	3,60	0,18			12,60	7,20	12,60	2,52
	12794	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,36		0,05	0,02		0,46			5,60	10,80	27,20	0,72
ТТК	12846	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42			14,10			1,17
		Итого:	705	21,47	20,86	104,35	690,97	18,08	0,38	0,18	23,81	14,18			109,30	60,90	189,92	6,88
Уютный полдник (с 3 до 7 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
ТТК	12833	Десерт фруктовый (яблоко)	60	0,24	0,24	5,88	26,64		0,02	0,01	6,00	0,12			9,00	5,40	6,60	1,32
	15536	Котлета рыбная Любительская С (навага)	80	16,45	5,45	4,40	132,43	25,00	0,03	0,06	1,42	1,81			14,42	11,41	39,81	2,88
392/2014 Дели плюс	14974	Картофель запеченный с маслом растительным	130	2,93	5,08	23,88	152,96		0,18	0,10	29,30	2,14			17,59	33,67	85,66	1,34
	12824	Чай с сахаром	180			9,98	39,92								0,30			0,03
	12794	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,36		0,05	0,02		0,46			5,60	10,80	27,20	0,72
	13880	Печенье Сахарное 13 гр (1 шт)	13	1,00	2,34	8,70	59,86		0,05	0,02		0,46			5,60	10,80	27,20	0,72
		Итого:	523	22,86	15,40	65,64	493,01	25,00	0,29	0,21	51,14	19,46			66,76	69,24	171,81	6,64
		Итого:	1 723	64,80	61,10	206,55	1 635,32	123,82	0,76	0,76	77,78	35,66			628,21	177,72	638,64	14,29
Среда																		
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																		
	14728	Батон с маслом	30/5	2,29	4,50	15,49	111,56	20,00	0,03	0,02		0,05			6,90	3,90	21,00	0,37
	15362	Каша молочная ячневая с сахаром и маслом	200/5/2	4,87	4,86	22,72	154,09	27,68	0,09	0,17	1,26	0,32			135,81	23,84	157,99	0,49
	14581	Какао с молоком	180	3,68	3,82	15,35	110,50	22,00	0,05	0,17	1,43			134,86	23,90	112,10	0,58	
		Итого:	422	10,84	13,17	53,66	376,15	69,68	0,17	0,36	2,71	0,37			277,57	51,64	291,09	1,44
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)	15439	Напиток сывороточный	150	0,05	0,08	14,25	66,00											
		Итого:	150	0,05	0,08	14,25	66,00											
Обед 1 (с 3 до 7 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
	14807	Суп картофельный с рисом на кур. бульоне	200	5,23	5,32	14,15	125,39	7,48	0,10	0,08	13,78	1,02			25,41	24,84	83,58	1,05
	15817	Биточки рубленые	70	9,10	12,71	11,00	194,81	3,26	0,05	0,04	0,21	2,39			27,64	14,83	46,02	0,95
	15515	Капуста свежая тушеная	130	3,10	4,74	12,96	106,85		0,05	0,07	71,22	72,63			82,77	27,34	55,47	1,07
	14602	Компот из ягод	180	0,22	0,09	11,16	94,18		0,01	0,01	43,20	0,15			8,06	6,70	7,13	0,31
	12807	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		2,72			18,80			1,56
	671	Хлеб пшеничный	25	2,13	0,25	13,92	66,45		0,06	0,02		0,58			7,00	13,50	34,00	0,90
		Итого:	685	23,07	26,10	82,60	795,45	10,74	0,37	0,27	132,71	80,82			179,81	95,96	245,05	6,20
Уютный полдник (с 3 до 7 лет)																		
ТТК	14730	Салат из моркови с яблоками и сахаром	60	0,65	0,11	5,37	25,13		0,03	0,03	3,95	0,21			14,89	18,63	26,62	0,69
	12871	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
	15870	Пудинг из творога с яблоками Дружба	120	17,62	14,67	20,24	263,49	54,00	0,04	0,08	4,58	0,72			22,39	9,77	41,70	4,33
	14648	Повидло порционное	20	0,08		13,13	52,84		0,00	0,00		0,10			2,83	1,41	1,82	0,26
	14775	Чай без сахара	180	0,12	0,03	0,02	85,72											
	13651	Вавли в асс 18 г.	1,03	5,22	11,16	85,72												
		Итого:	450	18,78	15,12	45,88	489,11	54,00	0,08	0,13	15,83	1,17			61,31	36,12	77,85	6,83
		Итого:	1 707	52,73	54,47	196,07	1 636,71	134,42	0,63	0,76	160,96	82,16			608,69	183,71	613,98	14,46
Четверг																		
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																		
	14884	Батон с маслом и сыром	30/5/5	3,47	6,00	15,49	129,83	33,26	0,04	0,03	0,04	0,05			51,78	5,69	46,50	0,42
	14944	Суп молочный геркулесовый	200	5,5,														

Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)

14884	Батон с маслом и сыром	30/5/5	3,47	6,00	15,49	129,83	33,26	0,04	0,03	0,04	0,05			51,78	5,89	46,50	0,42
15568	Каша молочная рисовая жидкая с сахаром и маслом	150/5/2	3,83	4,22	25,83	195,99	23,84	0,05	0,13	1,03	0,11			98,99	22,73	106,83	0,34
395/2014 Дети опус	12932	Кофейный напиток с молоком	180	2,79	2,89	16,79	104,29	16,00	0,04	0,14	1,17			108,30	12,60	81,00	0,12
Итого:			377	10,19	13,10	58,11	391,11	76,10	0,12	0,30	2,24	0,16		269,07	41,01	234,33	0,88

Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)

15439	Напиток сыровоточный	150	0,05	0,08	14,25	66,00											
Итого:			150	0,05	0,08	14,25	66,00										

Обед 1 (с 3 до 7 лет)

33/2011 Дети проект	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
	14621	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне	200	5,30	7,38	7,61	118,08	8,00	0,07	0,07	25,67	20,81		47,78	22,65	74,12	1,03
	14612	Шницель рубленый из птицы	75	7,39	10,94	24,03	224,16	15,90	0,06	0,05	0,25	2,59		41,94	16,81	53,63	1,09
317.529/1997	14224	Гороховое пюре	130	14,68	4,32	30,69	220,37	18,20	0,57	0,12		0,36		62,56	56,33	146,27	4,50
ТТК	10381	Компот из сухофруктов	180			17,96	71,84							0,22			0,02
	12807	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	76,24		0,07	0,03		2,72		18,80			1,56
	671	Хлеб пшеничный	25	2,13	0,25	13,92	66,45		0,06	0,02		0,58		7,00	13,50	34,00	0,90
Итого:			690	32,82	25,85	113,85	818,66	42,10	0,84	0,21	29,92	28,16		193,10	117,89	325,27	9,66

Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)

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
41/2011 Дети проект	13089	Салат из моркови с сахаром	60	0,75	0,06	6,97	31,39		0,03	0,04	2,88	0,23		15,64	21,89	31,68	0,41
	15668	Запеканка творожная с крошкой Дружба с молоком сгущенным	100/10	14,72	7,19	33,99	259,55	58,00	0,04	0,08	0,10	0,54		43,78	6,79	58,60	3,19
	14858	Блинчики по-домашнему сгущенным молоком	45/5	0,32	0,39	0,52	6,85		0,00	0,01	0,05			15,85	1,70	11,45	0,01
	14775	Чай без сахара	180	0,12	0,03	0,02	0,65										
Итого:			490	16,27	8,03	60,32	338,89	88,00	0,10	0,16	12,03	0,95		89,67	38,48	111,63	5,59
Итого:			1 707	59,33	47,06	236,33	1 814,27	176,20	1,06	0,76	44,19	29,28		641,83	187,38	671,23	16,13