

Согласовано _____

Циклическое меню Ясли 4-х разовое

на период с 24.03.2025г. по 28.03.2025

Согласовано _____

Директор ООО «АММА»

Т.В. Солодова /



Сборник рецептов	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины										Минеральный состав							
				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)	Na (мг)	K (мг)	Cl (мг)	S (мг)			
Понедельник																									
Завтрак 1 (до 3 лет)																									
3/2011 Дети 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							
15367	Каша молочная манная жидкая с сахаром и маслом	150/5/2	4,69	4,22	25,05	156,90	23,84	0,06	0,13	1,03	0,37			101,10	15,29	51,69	0,34								
14633	Кофейный напиток с молоком	150	2,30	2,40	12,23	79,74	15,00	0,03	0,11	0,86					30,21	10,52	67,50	0,10							
Итого:				337	8,71	12,33	47,82	340,29	72,10	0,12	0,27	2,04	0,42		241,19	30,18	199,19	0,73							
Завтрак 2 (до 3 лет)																									
15439	Напиток сыровоточный	150	0,05	0,08	14,25	66,00																			
Итого:				150	0,05	0,08	14,25	66,00																	
Обед (до 3 лет)																									
3/2011 Дети 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	0,58							
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							
ТТК	14934	Шницель Любительский (курица, говядина)	50	6,50	7,50	5,00	113,50																		
47298	12841	Картофельное пюре	100	2,20	3,39	14,72	98,15		0,11	0,09	17,31	0,12			32,03	22,10	85,61	0,82							
	12807	Компот из сливы	150	0,12	0,05	16,41	66,63		0,09	0,06	15,00	0,90			30,45	13,50	30,00	0,80							
	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:				545	17,29	18,81	69,35	516,74	22,79	0,38	0,26	60,00	12,01		125,83	69,65	191,07	6,92							
Уплотненный полдник (до 3 лет)																									
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							
360	Икра кабачковая (консервы)	30	0,80	2,80	2,43	37,32																			
ТТК	14169	Плов из мяса свинины	30/100	11,22	16,37	27,37	301,71		0,04	0,02	1,35	1,76			14,00	23,75	64,91	0,54							
	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							
	13817	Плюшка Московская	30	2,56	2,10	18,78	104,21		2,00	0,04	0,01	1,10			5,76	3,73	20,97	0,49							
Итого:				415	15,85	21,71	69,23	532,13	2,00	0,13	0,06	7,35	3,32		33,77	40,88	112,88	2,81							
Итого:				1 447	42,99	53,04	199,45	1 455,16	96,89	0,63	0,59	69,39	15,75		399,89	140,81	503,12	8,67							
Вторник																									
Завтрак 1 (до 3 лет)																									
3/2011 Дети 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							
15508	Молочек порционная	20	0,27	0,02	1,45	7,08			0,01	0,01	1,05	0,27			5,67	7,98	11,55	0,15							
215 Дети 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							
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:				280	11,06	19,64	22,39	210,69	47,06	0,06	0,15	1,88	1,83		140,40	22,14	114,09	0,55							
Завтрак 2 (до 3 лет)																									
401/2014 Дети принт	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)																									
2504	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							
	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							
	15234	Макароны отварные А Я	100/5	3,85	5,45	24,68	163,15		0,06	0,01					10,70	5,84	31,38	0,59							
	14831	Напиток лимонный	150	0,11	0,01	5,35	21,94		0,00	0,00	4,80	0,02			4,95	1,44	0,26	0,06							
	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							
	12807	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		2,72			18,80			1,56							
Итого:				580	17,79	18,17	79,21	547,54	16,00	0,25	0,14	20,40	13,47		91,31	43,01	136,64	4,06							
Уплотненный полдник (до 3 лет)																									
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							
	15391	Салат из квашеной капусты с луком	40	0,89	2,05	3,72	36,80		0,01	0,01	14,32	0,06			23,57	7,98	16,74	0,32							
	15239	Котлета рыбная Любительская С (навага)	60	12,23	3,77	3,54	97,05	32,90	0,02	0,06	1,13	1,02			8,92	8,08	25,55	0,36							
	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	28,67	72,52	1,14							
	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							
	13880	Печенье Сахарное 13 гр (1 шт)	13	1,00	2,34	8,70	59,85		0,03	0,01					4,20	8,10	20,40	0,54							
Итого:				448	18,17	12,70	55,82	410,29	32,90	0,23	0,18	46,25	3,26		51,47	58,24	141,81	3,69							
Итого:				1 458	51,49	54,37	162,89	1 345,81	126,74	0,68	0,66	69,10	18,56		494,14	144,95	534,22	8,46							
Среда																									
Завтрак 1 (до 3 лет)																									
3/2011 Дети 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							
15363	Каша молочная ячневая жидкая с сахаром и маслом	150/5/2	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								
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								
Итого:				332	8,35	11,46	41,15	397,11	81,16	0,13	0,28	2,16	0,30		220,49	41,88	229,10	1,18							
Завтрак 2 (до 3 лет)																									

[illegible]