

Согласовано

Циклическое меню Ясли 4-х разовое

на период с 26.05.2025г. по 30.05.2025

Согласовано

Директор ООО "Талим"

Т.В. Солоднова

ОБЩЕСТВО
с ограниченной
ответственностью

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)	Ca (мг)	Mg (мг)	Na (мг)	K (мг)	Fe (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																
	15376	Каша молочная кукурузная жидкая с сахаром и маслом	150/5/2	4,70	4,23	29,87	178,33	23,12	0,07	0,14	0,08	0,02																
	14630	Чай с молоком	150	1,33	1,47	9,15	55,18	9,20	0,02	0,07	0,60																	
Итого:				337	8,76	11,41	49,38	335,17	65,58	0,11	0,23	1,62	0,07															
	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)																												
	360	Икра кабачковая (консервы)	30	0,60	2,80	2,43	37,32																					
	14790	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	150	3,97	5,54	5,71	66,56	6,00	0,05	0,06	19,25	15,61																
ТТК	15832	Котлета Сочная	50	7,50	10,97	2,50	136,73					1,55																
	14834	Рис отварной с овощами	100	2,48	3,64	24,73	141,55		0,04	0,02	1,41	1,66																
	14809	Компот из сухофруктов	150			5,99	23,95																					
ТТК	12794	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46																
	12846	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42																
Итого:				530	18,31	23,69	42,33	634,92	6,00	0,19	0,12	20,66	19,70															
Итого:				416	18,40	12,88	47,56	347,89	19,50	0,22	0,15	20,53	3,40															
Итого:				1433	37,51	47,95	173,51	1283,69	31,08	0,52	0,51	62,80	23,17															
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																
	15508	Морковь паровая	20	0,27	0,02	1,45	7,06		0,01	0,01	1,05	0,27																
215 Дети принт	13601	Омлет картофельный	80	6,73	12,44	1,45	144,68	4,60	0,01	0,03	0,30	1,51																
	14679	Какао с молоком	150	3,15	3,24	12,51	91,86	18,40	0,04	0,14	1,20																	
Итого:				280	12,88	21,41	25,76	347,28	56,26	0,09	0,22	2,58	1,83															
	401/2014 Дети принт	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)																												
18/04	13595	Салат из свежих огурцов	40	0,26	2,43	0,70	25,77		0,01	0,01	2,60	1,10																
	14624	Суп из овощей кур. бульон	150	3,86	4,83	6,89	66,67	5,63	0,07	0,06	13,70	6,82																
	15812	Запеканка картофельная с мясом	120	7,83	8,30	20,67	188,68		0,18	0,12	23,80	3,53																
703/98	12819	Кисель из ягод	150	0,17	0,07	9,47	39,14		0,00	0,01	33,20	0,12																
	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:				510	15,87	16,28	58,82	445,27	5,83	0,37	0,23	73,30	12,45															
Итого:				475	15,80	19,39	55,09	498,56	21,48	0,21	0,13	16,00	4,68															
Итого:				1415	49,02	60,85	156,04	1367,89	114,17	0,69	0,78	92,34	18,96															
Среда																												
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																
	15376	Каша молочная пшеничная жидкая с сахаром и маслом	150/5/2	5,66	4,86	28,52	180,44	23,12	0,16	0,13	0,08	0,11																
	14630	Чай с молоком	150	1,33	1,47	9,15	55,18	9,20	0,02	0,07	0,60																	
Итого:				337	9,72	12,04	48,81	335,28	65,58	0,20	0,22	1,62	0,16															
	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)																												
	14426	Салат из свежих огурцов и помидоров с маслом растительным	40	0,39	2,46	1,43	29,40		0,02	0,01	6,40	1,23																
ТТК 27/2014 Дети принт	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																
	13812	Гуляш из отварного мяса свинины (карбонат) С	30/30	9,08	14,78	2,28	178,50		0,01	0,01	0,80	0,94																
	15234	Макаронные изделия А Я	100/5	3,85	5,45	24,68	163,15		0,09	0,01		2,75																
	14768	Компот из слив	150	0,12	0,05	6,43	26,61		0,09	0,06	15,00	0,90																
	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:				550	20,69	28,84	60,93	595,33	6,08	0,31	0,18	33,84	13,40															
Итого:				406	16,82	17,49	69,38	498,25		0,05	0,08	10,28	2,91															
Итого:				1443	48,39	58,37	192,48	1488,06	71,68	0,97	0,47	46,74	16,47															
Четверг																												
Завтрак 1 (до 3 лет)																												
14805	Яйцо вареное	20	2,55	2,30	0,15	31,50	94,00	0,02	0,13			0,18																
2/2011 Дети принт	12797	Батон с маслом	20/5	1,54	4,21	10,35	85,39	20,00	0,02	0,01		0,05																
	14678	Суп молочный гречневый	150	4,57	4,84	13,00	113,88	27,00	0,09	0,18	1,37	0,11																
	14633	Кофейный напиток с молоком	150	2,30	2,40	12,23	78,74	15,00	0,03	0,11	0,96																	
Итого:				345	10,85	13,76	35,73	319,51	156,00	0,17	0,44	2,34	0,34															
	401/2014 Дети принт	12810	Кефир	150	4,47	3,85	6,16	77,15	30,80	0,06	0,26	1,06																
Итого:				150	4,47	3,85	6,16	77,15	30,80	0,06	0,																	

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	0,06				49,88	4,39	40,00	0,30
		15365	Каша молочная геркулесовая жидкая с сахаром и маслом	150/5/2	4,48	6,83	23,10	171,79	23,90	0,14	0,14	1,03	0,39				108,15	40,94	147,94	0,93
		14830	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	8,54	14,01	42,59	339,62	66,36	0,18	0,24	1,67	0,44				213,44	61,76	229,34	1,30
Завтрак 2 (до 3 лет)																				
		15439	Напиток сывороточный	150	0,05	0,08	14,25	66,00												
Итого:				150	0,06	0,08	14,25	66,00												
Обед (до 3 лет)																				
		15134	Салат из свежей капусты	40	0,65	2,04	3,85	36,31		0,01	0,02	15,15	1,54				20,07	7,08	13,24	0,26
		14876	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	1,28
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
		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
		14817	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:				515	29,41	26,43	74,60	608,88	14,63	0,19	0,13	48,26	5,76				80,23	61,71	155,32	4,03
Уплотненный полдник (до 3 лет)																				
		14940	Салат из моркови с сахаром	40	0,05	0,04	2,15	9,16		0,02	0,03	2,02	0,52				10,95	15,32	22,18	0,29
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
		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	1,65
		15305	Чай без сахара	150	0,64	0,01	0,01	0,31												
		15771	Конфеты Джумка	16	0,88	3,84	9,92	77,76												
Итого:				378	19,04	12,61	42,39	310,63	32,50	0,08	0,10	8,13	1,13				70,05	32,58	86,03	3,46
Итого:				1 378	48,04	52,03	173,83	1 316,14	113,49	0,46	0,47	66,06	7,33				363,72	136,03	470,69	8,79