

Общество с ограниченной ответственностью «ГАММА-плюс»

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель МБУ детский сад
№ 146 «Солнечный»
Ладыжка (Е.Т. Ладыжка)



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «ГАММА-плюс»

Т.В. Солоднева Т.В. Солоднева

Примерное циклическое меню для организации питания детей, в возрасте с 1 до 3 лет, посещающих с 12-часовым пребыванием дошкольные образовательные учреждения г.о. Тольятти, в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов питания

02.05.24-08.05.24

РАЗРАБОТЧИКИ:

Зам. директора по производству

А.П. Замотин А.П. Замотин

Технолог О.Г. Филатова О.Г. Филатова

Технолог Е.М. Семенова Е.М. Семенова

г.о. Тольятти

Согласовано

Подпись *Вадимо Е.Т.*

Детский сад №116 "Солнечный"

Циклическое меню Ясли 4-х разовое

на период с 06.05.2024г. по 08.05.2024



Солоднева /

Сборник рецептур	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины										
				Белки	Жиры	Угле-ды	Квал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Ca (мг)	Fe (мг)	P (мг)	K (мг)		
Понедельник																		
Завтрак 1 (до 9 лет)																		
3/2011	12811	Батон с маслом и сыром	20г/5	2,72	5,71	10,35	103,66	33,26	0,02	0,03	0,04	0,05						
Дети посет.	15378	Каша молочная пшеничная жидкая с сахаром и маслом	150г/2	5,66	4,86	28,52	180,44		23,12	0,16	0,13	0,98	0,11					
	14630	Чай с молоком	150	1,33	1,47	9,15	55,18	9,20	0,02	0,07	0,60			49,88	4,39	40,00	0,30	
		Итого:	337	9,72	12,04	48,01	339,28	65,58	0,20	0,22	1,62	0,16		100,92	35,57	138,84	0,92	
401/2014	12821	Ряженка	150	4,47	3,85	6,47	78,39	30,80	0,03	0,20	0,46			55,41	6,44	41,40	0,07	
Дети посет.		Итого:	150	4,47	3,85	6,47	78,39	30,80	0,03	0,20	0,46			206,21	46,40	220,24	1,28	
Обед (до 9 лет)																		
14017		Винегрет овощной	40	0,57	2,48	3,49	36,55			0,02	0,02	4,30	1,13					
14790		Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	150	3,97	5,54	5,71	88,56		6,00	0,05	0,06	19,25	18,61		10,13	8,75	18,86	0,36
15494		Пельмени отварные "МясБери" с курицей, с маслом	150	20,21	13,70	34,40	341,74	8,00	0,00	0,00				35,84	16,99	55,59	0,77	
14680		Компот из ягод	150	0,18	0,07	19,28	78,48			0,01	0,01	36,00	0,13		4,16	0,22	1,35	0,03
12807		Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24			0,07	0,03				7,02	5,58	5,94	0,29
14617		Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04			0,03	0,01				4,20	8,10	20,40	0,54
		Итого:	545	28,95	22,50	85,88	680,60	14,00	9,19	0,13	69,55	19,95		80,15	39,84	192,14	3,65	
283/2011	14087	Десерт фруктовый(апельсин)	60	0,54	0,12	4,85	22,68			0,02	0,02	36,00	0,12		20,40	7,80	13,80	0,18
Дети посет.	12845	Котлета рубленая из говядины	80	7,81	10,80	9,44	166,21	2,80	0,05	0,04	0,18	2,01		37,00	13,52	42,21	0,92	
	14936	Картофель отварной	150	2,00	3,34	16,30	103,23			0,12	0,07	20,00	1,41		12,58	23,15	68,58	0,92
	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				4,20	8,10	20,40	0,54
	15764	Мармелад в ассортименте	16	0,01	0,02	9,04	36,38			0,03	0,01				4,20	8,10	20,40	0,54
		Итого:	401	11,69	14,48	46,43	362,85	2,80	0,23	0,14	55,18	3,88		74,18	52,67	134,89	2,88	
Вторник		Итого:	1 433	84,82	62,88	186,49	1 441,11	113,18	0,64	0,69	117,81	23,98		551,49	160,18	599,06	7,55	
Завтрак 1 (до 9 лет)																		
3/2011	12797	Батон с маслом	20г/5	1,54	4,21	10,35	85,39	20,00	0,02	0,01								
Дети посет.	12833	Десерт фруктовый (яблоко)	60	0,24	0,24	5,88	26,64			0,02	0,01			5,00	2,60	14,50	0,25	
ТТК	13601	Омлет натуральный	80	6,73	12,44	1,45	144,68							9,80	5,40	6,80	1,32	
215 Дети посет.	14633	Кофейный напиток с молоком	150	2,30	2,40	12,23	79,74	4,60	0,01	0,03	0,30	1,51		29,44	3,33	21,14	0,04	
		Итого:	315	10,81	19,29	29,81	336,45	39,60	0,08	0,17	7,27	1,88		90,21	10,50	67,50	0,10	
3/2011	14416	Снежок С	160	4,46	4,13	17,82	126,23	33,00	0,05	0,21	1,49			134,25	21,83	169,74	1,70	
Дети посет.		Итого:	160	4,46	4,13	17,82	126,23	33,00	0,05	0,21	1,49			199,65	24,75	155,10	0,17	
Обед (до 9 лет)																		
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	9,98		33,19	16,54	71,35	0,79	
	15250	Котлета рыбная Веста из минтая из п/ф	50	8,68	4,94	8,39	112,74											
	14824	Картофельное пюре	110	2,41	3,72	16,19	107,93	18,88	0,12	0,10	18,03	1,33						
Таблица	10183	Огурец свежий порционный	15	0,11	0,02	0,29	1,78							35,23	24,30	72,14	0,90	
	15074	Компот из сливы	150	0,12	0,05	16,41	66,53			0,00	0,00	1,07	0,02		2,80	21,14	4,58	0,08
	12807	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24			0,08	0,06	15,00	0,90		30,45	13,50	30,00	0,80
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04			0,07	0,03				18,80	30,00	0,80	
		Итого:	530	19,81	13,28	72,41	598,28	25,48	0,33	0,25	48,02	15,41		124,47	84,83	193,54	4,86	
33/2011	12801	Салат из свеклы	40	0,60	2,44	3,52	38,42			0,01	0,02	4,00	1,11					
Дети посет.	14169	Плов из мяса	30г/00	11,22	16,37	27,37	301,71			0,04	0,02	1,35	1,76		14,00	8,80	17,25	0,56
ТТК	14670	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	0,99	28,21											
	12794	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38								0,21			
	15387	Печенье Сахарное	20	1,50	1,96	14,88	83,16			0,05	0,02				6,60	10,80	27,20	0,72
		Итого:	360	15,08	21,04	61,80	496,88			0,09	0,08	5,35	3,33		34,61	43,35	109,35	1,84
Среда		Итого:	1 365	50,16	59,72	181,94	1 465,83	95,08	0,60	0,70	62,13	20,41		492,98	154,51	572,74	6,37	
Завтрак 1 (до 9 лет)																		
3/2011	12811	Батон с маслом и сыром	20г/5	2,72	5,71	10,35	103,66	33,26	0,02	0,03	0,04	0,05						
Дети посет.	15376	Каша молочная кукурузная жидкая с сахаром и маслом	150г/2	4,70	4,23	29,87	176,33		23,12	0,07	0,14	0,98	0,02					
	14630	Чай с молоком	150	1,33	1,47	9,15	55,18	9,20	0,02	0,07	0,60			49,88	4,39	40,00	0,30	
		Итого:	337	8,75	11,41	49,38	335,17	65,88	0,11	0,23	1,62	0,07		98,82	10,67	68,94	0,92	
3/2011	18752	Варениц	150	4,35	3,75	6,15	75,75							55,41	6,44	41,40	0,07	
Дети посет.		Итого:	150	4,35	3,75	6,15	75,75							204,11	21,50	150,34	1,28	
Обед (до 9 лет)																		
14676		Суп лапша домашняя на худ.бульоне	150	5,06	6,37	8,59	111,97	14,63	0,04	0,05	1,78	1,55						
14815		Биточки рубленые из говядины	60	7,81	10,80	9,44	167,11	2,80	0,05	0,04	0,18	2,05		22,00	8,13	51,82	1,28	
137/2014	13981	Рагу из овощей	100г/5	1,96	8,99	11,20	133,54	27,50	0,07	0,06	17,80	10,07		23,75	12,73	39,51	0,81	
ТТК	14831	Напиток лимонный	150	0,11	0,01	5,35	21,94			0,00	0,00			33,82	20,95	53,53	0,76	
	14617	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04			0,03	0,01			4,95	1,44	0,26	0,09	
	12846	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	58,43			0,05	0,02			4,20	8,10	20,40	0,54	
		Итого:	510	18,27	26,86	63,30	528,03	44,83	0,28	0,18	24,82	14,48		141,10	50,82	165,53	4,65	
14640		Салат из моркови с сахаром	40	0,05	0,04	2,15	9,16			0,02	0,03	2,02	0,52					
12727		Десерт фруктовый (банан)	70	1,10	0,37	15,33	68,99			0,03	0,04	7,30	0,29		10,95	15,32	22,18	0,29
15756		Сырники классические со сгущенным молоком	100г/20	13,65	10,21	43,21	319,39			0,01	0,03	0,20	1,55		5,84	30,66	20,44	0,44
15305		Чай без сахара	150	0,04	0,01	0,01	0,31											
13817		Плюшка Московская	30	2,56	2,10	18,78	104,21	2,00	0,04	0,01				62,14	6,94	46,79	0,04	
		Итого:	410	17,40	12,73	79,48	592,05	2,00	0,10	0,11	9,52	3,47		5,78	3,73	20,97	0,48	
		Итого:	1 407	48,78	54,75	188,29	1 441,00	112,51	0,52	0,72	35,78	17,99		568,62	129,49	570,24	7,43	