

Общество с ограниченной ответственностью «ГАММА-плюс»

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель МБДОУ «Центр развития детей
№ 16 «Солнечный»
Ладника (Е.Т. Ладника)



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «ГАММА-плюс»

Солоднева Т.В. Солоднева

Примерное циклическое меню для организации питания детей, в возрасте с 3 до 7 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

Замотин А.П. Замотин

Технолог Филатова О.Г. Филатова

Технолог Семенова Е.М. Семенова

Согласовано

Заведующий
Медико-санитарной частью
Заведующий
Заведующий

Циклическое меню Сад 4-х разовое

на период с 02.05.2024г. по 03.05.2024

Согласовано
Директор
Общество с ограниченной
ответственностью
ГЛАВА
САМАРСКИЙ ОБЛАСТНОЙ
САМАРСКАЯ ОБЛАСТЬ, ГОРОД ТЮЛЬТИ

Сборник рецептов	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины										Zn (мкг)	Минералы (мг)							
				Белки	Жиры	Угле-ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)							Ca (мг)	Mg (мг)	Na (мг)	P (мг)	K (мг)	Fe (мг)		
Четверга																										
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																										
	14884	Батон с маслом и сыром	305/6	3,47	6,00	15,49	129,83	33,26	0,04	0,03	0,04	0,05														
	15569	Каша молочная рисовая жидкая с сахаром и маслом	200/5/2	5,23	5,14	32,77	198,26	29,12	0,07	0,17	1,37	0,14							131,65	30,29	142,22		46,50	0,42		
	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:				427	12,38	14,86	83,61	438,59	84,38	0,15	0,37	2,84	0,19						318,29	59,88	300,82		1,48			
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																										
	15438	Напиток сывороточный	180	0,05	0,09	17,10	69,41																			
Итого:				180	0,05	0,09	17,10	69,41																		
Обед 1 (с 3 до 7 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			
	15013	Суп с макаронными изделиями на кур. бульоне	200	4,37	6,32	12,25	123,37	5,20	0,05	0,03	2,13	2,06							13,07	7,73	42,72		0,55			
	15245	Котлета Пожарская	70	11,80	12,03	10,80	198,67					1,33											0,06			
314/2014 Дети плюс	13903	Каша гречневая вязкая	130	4,01	4,34	18,06	127,33	18,20	0,14	0,07		0,30							8,55	63,12	95,54		2,13			
	12843	Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	18,67	70,41		0,01	0,05	180,00	0,68							11,10	3,06	3,06		0,57			
	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			
	12807	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	70,24		0,07	0,03		2,72							18,80				1,56			
Итого:				680	25,88	25,76	88,89	889,71	23,40	0,32	0,21	197,28	9,09						77,19	91,79	181,83		5,79			
Уютный полдник (с 3 до 7 лет)																										
	13184	Десерт фруктовый (апельсин)	70	0,63	0,14	5,67	26,46		0,03	0,02	42,00	0,63	0,63	1,40	23,80	9,10	16,10							0,21		
	360	Икра кабачковая (консервы)	30	0,60	2,80	2,43	37,32																			
	15513	Вареники с картофелем с маслом	150/6	6,89	7,80	41,77	265,24	0,02	0,06	0,01		0,02							1,20				1,50	0,01		
	12849	Сок	180	0,90	0,18	18,18	77,94		0,02	0,02	3,80	0,16							12,60	7,20	12,60		2,52			
	15532	Пряники в ас. 27г.	27	1,35	1,49	20,20	99,61																			
	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:				487	12,60	12,68	182,17	573,02	0,22	0,11	9,97	45,69	1,41	0,63	1,40	44,80	29,80	64,20					3,64			
Итого:				1 774	50,92	53,47	271,47	1 770,72	107,80	0,58	0,65	245,71	10,69	0,63	1,40	440,08	181,47	546,84					10,88			
Пятница																										
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																										
	14884	Батон с маслом и сыром	305/6	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			
94/2014 Дети плюс	13560	Суп молочный с пшеном	200	5,92	6,46	18,84	157,16	36,00	0,12	0,22	1,82	0,07							173,29	32,91	163,97		0,58			
	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:				420	10,98	14,22	45,30	353,08	80,26	0,18	0,33	2,57	0,12						291,32	46,29	259,97		1,09			
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																										
401/2014 Дети плюс	12810	Кефир	150	4,47	3,85	6,16	77,15		30,80	0,06	0,28	1,08							1,85	21,56	138,60		0,15			
Итого:				150	4,47	3,85	6,16	77,15	30,80	0,06	0,28	1,08							1,85	21,56	138,60		0,15			
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																										
33/2011 Дети плюс	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			
	15257	Гуляш из отварного мяса говядины	40/40	12,91	14,51	2,62	192,71		0,01	0,01	0,80	1,82							10,74	1,90	8,03		0,20			
	15302	Картофельное пюре	130	2,86	4,37	19,15	127,36	22,16	0,14	0,11	22,49	0,16							41,93	28,75	85,48		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			
	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			
ТТК	12846	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		0,42							14,10				1,17			
Итого:				685	26,05	29,43	89,91	896,65	30,16	0,35	0,28	96,16	25,04						144,42	82,30	226,01		5,23			
Уютный полдник (с 3 до 7 лет)																										
	14939	Салат из моркови с сахаром	60	0,79	0,06	7,17	32,36		0,04	0,04	3,02	0,79							16,42	22,98	33,26		0,43			
	15398	Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенным	100/20	14,55	19,66	31,17	359,82	88,00	0,05	0,15	0,20	0,42							83,48	11,96	106,00		6,24			
	14775	Чай без сахара	180																							
	13651	Вафли в ас. 18 г.		1,03	5,22	11,16	95,72																			
	13067	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		1,76			
Итого:				440	18,88	20,24	46,38	523,42	88,00	0,11	0,21	11,22	1,23						112,70	42,14	148,06		8,43			
Итого:				1 695	87,38	87,74	167,74	1 650,30	229,22	0,71	1,07	111,03	26,39						550,29	192,29	772,64		16,91			



7