

Циклическое меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Сад 1 неделя

06.01.2025

Сборник рецептов	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					ХЕ
			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)	
Понедельник 1 ноября																	
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																	
3/2011 Дети принт	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	5,68	46,50	0,42
279/2013 КШП	Каша молочная манная жидкая с печеньем	200	5,30	6,57	25,65	182,60	34,40	0,07	0,16	1,40	0,54			139,44	19,64	116,80	0,47
397/2014 Дети плюс	Какао с молоком	180	3,68	3,82	15,95	110,50	22,44	0,05	0,17	1,43	0,01			134,86	23,90	112,10	0,58
Итого:		420	12,45	16,39	56,49	423,21	90,10	0,16	0,37	2,87	0,59			326,08	49,23	277,40	1,47
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																	
401/2014 Дети плюс	Ряженка	150	0,37	4,63	7,77	94,17	37,00	0,04	0,24	0,56				229,40	25,90	170,20	0,19
Итого:		150	0,37	4,63	7,77	94,17	37,00	0,04	0,24	0,56				229,40	25,90	170,20	0,19
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																	
ТАБ 24/96	Икра кабачковая (консерв)	40	1,05	4,73	4,52	64,85											
132/96	Суп из овощей на курином бульоне	200	5,15	6,44	9,32	115,82	7,50	0,09	0,08	16,27	1,54			33,00	22,87	77,00	1,00
ПТК	Котлета куриная	70	11,80	12,03	10,80	198,84										0,05	
205/2014 Дети плюс	Макароны отварные	150/5	5,78	5,68	37,01	222,25		0,09	0,02		3,01			15,85	8,75	45,98	0,89
ПТК	Компот из ягод	180	1,44	0,54	23,27	103,69		0,11	0,07	18,00	1,08			38,18	16,20	35,00	0,82
ПТК	Хлеб пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	56,73		0,06	0,02		0,58			7,00	13,50	34,00	0,90
	Хлеб ржаной	50	3,40	0,65	19,90	99,05		0,09	0,04		0,70			23,50	24,50	78,50	1,95
Итого:		720	30,76	30,39	116,12	661,03	7,50	0,44	0,23	36,27	6,86			115,94	85,82	272,53	5,65
Уютный полдник (с 3 до 7 лет)																	
Таб. №24/96	Сезонные фрукты	70	1,56	0,52	21,84	98,28		0,04	0,05	16,40	0,42			8,32	43,68	29,12	0,82
33/2011 Дети принт	Салат из свеклы	60	0,90	3,05	5,28	57,83		0,01	0,02	6,00	1,68			22,20	13,20	25,87	0,84
205/14 Дети плюс	Суфле из печени говядины	80	6,35	11,73	9,44	172,70	25,10	0,04	0,07	5,07	0,68			35,75	11,07	53,80	2,75
479/2013 Самара	Картофель отварной	130	2,93	5,08	23,88	152,97		0,18	0,10	28,30	2,14			17,59	33,87	85,66	1,34
392/2014 Дети плюс	Чай с сахаром	180			9,98	39,82								0,30			0,03
ПТК	Печенье	1шт		0,01	0,00	32,09											
	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,28	9,04	45,36		0,05	0,02		0,46			5,80	10,80	27,20	0,72
Итого:		570	15,46	21,25	78,48	559,04	25,10	0,31	0,27	50,77	5,36			90,46	112,62	221,69	6,28
Итого:		1890	64,04	72,65	256,85	1 937,45	159,70	0,94	1,11	90,46	12,85			761,49	273,57	941,78	13,59



"Утверждаю"
 Директор ООО "Ак Барс"
 Галиева Э.А.



Циклическое меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Сад 1 неделя

07.01.2025

Сборник рецептов	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					XE	
			Белки	Жиры	Угле-ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мг)	I (мг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)
Вторник 1 ноября																		
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																		
3/11 Дети прил	Батон с маслом	305	2,29	4,50	15,49	111,58	20,09	0,03	0,02		0,05			6,90	3,90	21,00	0,37	
1а5 №24/96	Сезонные фрукты	80	1,56	0,52	21,84	98,28		0,04	0,05	10,40	0,42			8,32	43,88	29,12	0,62	
215/2014	Омлет натуральный	100	10,51	13,21	1,92	168,61	190,03	0,07	0,38	0,37	10,51	10,51	1,70	76,91	13,08	172,83	1,94	
ТТК	Повидло порционное	10	0,04		6,57	26,42		0,00	0,00		0,05			1,41	0,71	0,91	0,13	
394/2014	Чай с молоком	180	1,60	1,38	11,92	62,60		0,01	0,07	0,33				1,80	3,03	66,25	7,70	
Дети плюс																	49,50	0,08
	Итого:	425	15,00	19,60	56,83	487,71	210,03	0,16	0,52	11,10	11,03	12,11	4,73	159,89	69,07	273,38	3,15	4,74
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																		
401/2014	Снежок	150	5,00	4,63	19,98	141,53	37,00	0,06	0,24	1,67				223,86	27,75	173,90	0,19	
Дети плюс																		
	Итого:	150	5,00	4,63	19,98	141,53	37,00	0,06	0,24	1,67				223,86	27,75	173,90	0,19	1,67
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																		
ТТК	Салат "Здоровье"	60	1,05	11,06	4,17	120,41		0,03	0,03	4,58	5,02			17,06	15,38	29,84	0,54	
	Ци из свежей капусты на кур.бульоне	200	5,29	7,38	7,81	118,04	8,00	0,07	0,07	25,67	1,91			47,78	22,50	74,12	1,03	
264/2014	Фрикадельки рыбные запеченные в соусе	75	13,24	6,50	5,15	132,11	28,58	0,10	0,13	0,11	1,54			65,62	7,29	45,26	2,47	
472/96	Картофельное пюре	130	2,92	4,43	19,15	126,19	0,02	0,14	0,11	22,49	0,04	0,60	1,25	43,18	28,75	65,48	1,07	
703/96	Кисель из сухофруктов	180	0,20	0,08	14,32	58,81		0,01	0,01	39,64	0,14			9,14	6,18	9,81	0,29	
	Хлеб ржаной	50	3,49	0,65	19,90	99,05		0,09	0,04		0,70			23,50	24,90	78,50	1,88	
ТТК	Хлеб пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	56,73		0,08	0,02		0,58			7,00	13,90	34,00	0,90	
	Итого:	725	28,26	30,44	81,59	713,34	36,58	0,50	0,42	92,69	9,91	0,60	1,25	213,48	118,26	387,02	8,24	6,80
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																		
25/04	Салат Степной	60	0,95	2,98	5,06	45,32		0,04	0,03	5,76	1,11			14,17	12,50	29,11	0,43	
252/2011	Биточки рубленные мясные	70	3,10	5,79	11,00	173,60	3,20	0,05	0,04	0,21	2,30			27,64	14,23	45,02	0,85	
Дети прил																		
315/2014	Рис отварной	130	3,25	8,31	34,34	207,14		0,04	0,02		2,78			6,50	23,40	70,71	0,50	
354/2011	Соус сметанный	15	0,22	0,58	0,92	9,78	3,75	0,00	0,00	0,02	0,03			3,94	0,54	3,35	0,02	
Дети прил																		
302/2014	Чай с сахаром	180			9,98	59,92												
Дети прил																		
687/96	Ватрушка с творогом	40	3,07	1,24	24,94	123,20	0,01	0,06	0,03	1,95	3,07	3,07	155,61	10,27	8,46	29,56	0,82	
	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,98		0,06	0,02		0,46			5,60	10,80	27,20	0,72	
	Итого:	515	12,31	16,53	95,28	644,32	7,02	0,23	0,14	7,97	9,84	3,07	155,61	78,42	68,62	205,94	3,47	7,94
	Итого:	1855	61,56	71,28	253,69	1 966,90	290,63	0,95	1,32	113,42	30,77	15,78	161,58	667,54	283,69	1 010,22	15,05	21,14



"Утверждено"
Директор ООО "Ак Барс"

Галина Э.А. *Галимова*



Циклическое меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Сад 1 неделя

08.01.2025

Сборник рецептов	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					XE	
			Белки	Жиры	Углевод-ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)
Среда 1 неделя																		
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																		
3/2011 Дети плюс	Батон с маслом и сыром	30/5/5	3,47	8,00	15,49	129,83	33,26	0,04	0,03	0,04	0,05			51,78	5,69	46,50	0,42	
185/14	Каша молочная кукурузная жидкая с сахаром и маслом	200/3/2	8,26	4,43	38,23	218,10	8,00	0,07	0,16	0,60	0,02	2,92	5,54	131,43	14,22	91,70	1,21	
395/2014	Кофейный напиток с молоком	180	2,79	2,89	16,79	104,28	18,00	0,04	0,14	1,17				108,30	12,80	81,00	0,12	
Итого:		427	12,52	13,34	70,53	462,23	59,26	0,14	0,33	1,81	0,07	2,92	5,54	291,51	32,51	219,20	1,76	5,88
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																		
11X	Бифидок	150	5,38	4,64	7,60	93,83		0,06	0,24					218,77	29,66	177,98	0,18	
Итого:		150	5,38	4,64	7,60	93,83		0,06	0,24					218,77	29,66	177,98	0,18	0,63
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																		
22/2014	Винегрет овощной	60	0,68	3,14	5,57	54,07		0,04	0,03	7,07	1,43			11,90	13,97	28,48	0,47	
147/2004	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	
277/2014 Дети плюс	Гречка по - Купечески	130/40	20,21	13,70	34,41	342,00	29,86	0,14	0,15		0,02			54,15	26,20	189,80	1,78	
373/2014 Дети плюс	Компот из яблок	180	0,16	0,16	11,18	46,88		0,01	0,01	4,08	0,08			6,74	3,67	4,49	0,92	
11X	Хлеб пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	56,73		0,06	0,02		0,58			7,00	13,50	34,00	0,90	
	Хлеб ржаной	50	3,40	0,85	16,90	96,05		0,09	0,04		0,70			23,50	24,50	78,50	1,95	
Итого:		725	26,31	33,08	80,98	726,91	23,40	0,40	0,21	14,35	6,15			76,65	130,71	293,91	7,89	6,75
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																		
41/2011 Дети плюс	Салат из моркови с сахаром	60	0,07	0,01	3,22	13,23		0,00	0,00					1,85	2,19	3,17	0,01	
Таб.№24/96	Сезонные фрукты	80	1,56	0,52	21,84	98,28		0,04	0,05	10,40	0,42			8,32	43,68	29,12	0,62	
235/2011 Дети плюс	Пудинг из творога с яблоками и соусом	120/20	18,91	9,67	27,59	273,08	38,10	0,05	0,07	0,11	0,43	0,44	0,83	39,65	12,30	56,66	1,99	
392/2014 Дети плюс	Чай без сахара	180																
468/2014 Дети плюс	Булочка Домашняя	50	4,23	7,00	31,44	206,66	5,20	0,07	0,04	0,18	3,18			24,92	7,89	44,88	0,70	
Итого:		530	24,77	17,29	64,09	590,24	44,30	0,16	0,16	10,69	4,82	0,44	0,83	74,53	65,66	133,83	3,32	7,01
Итого:		1862	68,98	88,25	243,20	1 863,00	126,96	0,76	0,94	26,85	10,24	3,36	6,37	661,47	258,74	824,91	12,35	20,27



"Утверждаю"
 Директор ООО "Ак Барс"
 Гилнева Э.А. *Гилнева*



Циклическое меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Сад 1 неделя

09.01.2025

Сборник рецептур	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					ХЕ	
			Белки	Жиры	Угле-ды	Кал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)
Четверг 1 неделя																		
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																		
Таб. №24/06	Сезонные фрукты	70	1,56	0,52	21,54	90,20		0,04	0,05	10,40	0,42			8,32	43,68	25,12	0,62	
3/2011 Дали прит	Батон с маслом и сыром	30/30	3,47	6,00	15,49	129,83	33,28	0,04	0,03	0,04	0,06			51,78	5,69	46,50	0,42	
04/2014 Дали плюс	Суп молочный с пшеном	200	5,92	6,45	18,84	157,16	36,00	0,12	0,22	1,82	0,07			173,29	32,91	163,97	0,58	
29/02/14 Дали плюс	Чай с молоком	180	1,80	1,35	11,02	62,85		0,01	0,07	0,33		1,60	3,03	68,25	7,70	49,50	0,08	
Итого:		520	12,54	14,35	67,19	440,11	69,28	0,21	0,37	12,59	0,53	1,60	3,03	299,64	89,57	289,99	1,71	5,60
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																		
40/2014 Дали плюс	Ряженка	150	5,37	4,63	7,77	94,17	37,00	0,04	0,24	0,58				229,40	25,90	170,20	0,19	
Итого:		150	5,37	4,63	7,77	94,17	37,00	0,04	0,24	0,58				229,40	25,90	170,20	0,19	0,65
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																		
54/2014 Дали плюс	Салат картофельный с соевым огурцом	60	1,00	3,07	6,11	66,05		0,04	0,05	3,40	1,54			19,84	19,85	32,76	0,57	
58/2011 Дали прит	Борщ с картофелем на кур. бульоне	200	4,94	7,04	12,07	133,75	7,00	0,08	0,08	13,21	1,91			35,82	28,07	79,40	1,34	
288/2014	Фрикадельки мясные	70	14,50	13,95	12,57	233,93		0,06	0,02	0,86	14,54	14,54	0,09	54,18	21,24	152,99	2,11	
336/2014 Дали плюс	Капуста свежая тушеная	130	3,10	4,74	12,96	106,85		0,06	0,07	71,22	2,22			82,77	27,34	55,47	1,07	
	Сок	180	0,90	0,18	18,18	77,94		0,02	0,02	3,60	0,18			12,60	7,20	12,60	2,52	
ТТК	Хлеб пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	66,73		0,06	0,02		0,58			7,00	13,50	34,00	0,90	
	Хлеб ржаной	50	3,40	0,65	19,90	99,05		0,09	0,04		0,70			23,50	24,50	79,50	1,85	
Итого:		725	29,99	29,84	93,89	764,21	7,00	0,41	0,29	92,29	21,67	14,54	0,09	235,31	139,71	445,74	10,46	7,61
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																		
19/2011 Дали прит	Салат из свеклы	50	0,67	3,08	1,91	39,05		0,02	0,02	4,28	1,42			18,28	10,67	21,57	0,48	
256/2014 Дали плюс	Котлета рыбная Любительская	80	16,45	5,45	4,40	132,43	25,00	0,03	0,06	1,42	1,01			14,42	11,41	39,81	2,88	
318/2011 Дали прит	Картофельное пюре	130	2,60	4,34	21,19	134,20		0,18	0,09	26,00	1,83			14,59	30,00	75,80	1,18	
368/2014 Дали плюс	Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	18,87	79,41		0,01	0,05	180,00	0,65			11,10	3,06	3,06	0,57	
ТТК	Сушки	10	1,95	1,49	20,20	98,51												
ТТК	Хлеб пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	66,73		0,06	0,02		0,58			7,00	13,50	34,00	0,90	
Итого:		485	23,83	14,94	77,87	548,44	25,00	0,25	0,24	211,70	6,11			65,48	68,64	174,25	6,01	6,47
Итого:		1925	66,42	59,33	257,56	1 840,76	101,26	0,99	0,90	316,58	29,32	16,14	3,11	600,34	298,31	909,07	18,18	21,46



"Утверждено"
 Директор ООО "Ак Барс"
 Галиева Э.А. *Галиева*



Циклическое меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Сад 1 неделя

10.01.2025

Сборник рецептов	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					ХЕ			
			Белки	Жиры	Углево-ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)		
Пятница 1 неделя																				
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																				
3/2011 Дети плюс таб 4/66	Батон с маслом и сыром	30/5/5	3,47	8,00	15,45	120,83	33,26	0,04	0,03	0,04	0,05			51,78	5,65	48,50	0,42			
397/2014 Дети плюс	Каша молочная геркулесовая жидкая с сахаром и маслом	200/5/2	5,97	8,82	29,13	217,95	8,04	0,15	0,18	1,28	5,07	5,95	5,90	132,55	46,03	172,00	1,04			
	Какао с молоком	180	3,68	3,82	15,35	110,50	22,44	0,05	0,17	1,43	0,01			134,86	23,90	112,10	0,58			
	Итого:	427	13,12	18,44	59,97	456,28	63,74	0,23	0,38	2,75	6,03			5,95	5,90	319,19	75,62	330,66	2,04	5,60
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																				
401/2014 Дети плюс	Кефир	150	5,37	4,63	7,40	92,89	37,00	0,07	0,31	1,30				2,22	25,90	166,50	0,19			
	Итого:	150	5,37	4,63	7,40	92,89	37,00	0,07	0,31	1,30				2,22	25,90	166,50	0,19	0,62		
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																				
№45/2014 Дети плюс	Салат из свежей капусты с луком / Салат из квашеной капусты	80	0,86	3,71	5,25	57,87		0,03	0,03	6,46	1,70			15,24	13,16	28,35	0,54			
134/2004	Суп крестьянский с крупой на кур. бульоне	200	5,97	7,76	11,25	138,71	8,80	0,07	0,07	17,23	1,97			44,26	22,06	95,13	1,05			
402/06	Азу с мясом	180	11,46	14,04	19,34	249,56		0,13	0,08	21,44	2,87	0,03	0,03	27,14	27,01	71,58	1,23			
899/2004	Компот из сухофруктов	180	0,13	0,01	6,42	25,33		0,01	0,00	5,76	0,03			5,94	1,73	0,32	0,10			
ТТК	Хлеб пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	56,73		0,06	0,02		0,58			7,00	13,50	34,00	0,90			
	Хлеб ржаной	50	3,40	0,65	19,90	99,05		0,09	0,04		0,70			23,50	24,50	78,50	1,95			
	Итого:	695	23,97	26,50	73,46	628,24	8,80	0,39	0,24	50,89	7,84	0,03	0,03	123,08	102,45	307,88	5,78	6,12		
Уютный полдник (с 3 до 7 лет)																				
402/2014 Дети плюс	Салат из моркови с яблоками	60	0,16	3,12	3,00	40,71		0,01	0,01	2,93	1,39			5,58	3,91	5,12	0,84			
Таб №24/96	Сезонные фрукты	80	1,56	0,52	21,84	98,28		0,04	0,05	10,40	0,42			8,32	43,68	29,12	0,62			
ТТК	Запеканка творожная с молоком сгущ.	120/20	21,39	13,07	44,72	382,08	105,60	0,08	0,17	0,20	0,51			87,78	12,99	118,04	7,51			
392/2014 Дети плюс	Чай без сахара	180																		
ТТК	Печенье 1шт.	1шт	1,50	1,98	14,88	63,16														
	Итого:	480	24,61	18,87	84,44	604,22	105,60	0,11	0,23	13,53	2,32			101,69	60,58	152,28	8,70	7,04		
	Итого:	1782	67,06	68,24	225,27	1 783,43	215,14	0,81	1,17	68,46	16,18	5,98	5,93	546,18	264,54	957,32	16,78	18,77		



"Утверждаю"
 Директор ООО "Ак Барс"
 Галиева Э.А.

Галиева

