

Циклическое меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Сад 2 неделя

13.01.2025

Сборник рецептур	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					ХЕ	
			Белки	Жиры	Угле-ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)
Понедельник 2 недели																		
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																		
3/2011 Дети плюс	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	5,88	46,50	0,42	
ТТК	Каша молочная "Дружба" жидкая с сахаром и маслом	200/2	4,80	3,31	35,45	190,79	15,40	0,10	0,13	1,00	4,00	2,82	240,00	100,01	29,38	122,70	0,66	
394/2014 Дети плюс	Чай с молоком	180	1,60	1,38	11,02	62,85		0,01	0,07	0,33		1,60	3,03	66,25	7,70	49,50	0,08	
Итого:		422	9,87	10,68	61,96	383,47	48,66	0,15	0,23	1,37	4,85	4,41	243,03	218,04	42,75	216,70	1,16	5,16
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																		
401/2014 Дети плюс	Ряженка	150	5,37	4,63	7,77	94,17	37,00	0,04	0,24	0,56				229,40	25,90	170,20	0,19	
Итого:		150	5,37	4,63	7,77	94,17	37,00	0,04	0,24	0,56				229,40	25,90	170,20	0,19	0,65
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																		
Таб. 24/96	Огурец солёный порционно	20	0,17	0,03	0,56	3,27		0,01	0,01	3,83	0,17	0,17	0,52	2,14	3,06	3,98	0,14	
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, на кур.бульоне	200/10	5,55	8,88	7,97	134,02	18,00	0,08	0,08	25,71	1,94			66,58	23,55	80,22	1,05	
ТТК	Шницель рубленый из птицы	75	7,37	8,77	23,99	204,34	3,90	0,06	0,05	0,25	2,58			41,22	16,61	52,73	1,08	
314/2014 Дети плюс	Каша гречневая вязкая	130	4,01	4,34	18,06	127,33	18,20	0,14	0,07		0,30			8,55	63,12	96,54	2,13	
ТТК	Напиток из шиповника	180	0,22	0,09	23,13	94,19		0,01	0,01	43,20	0,22			8,42	6,70	7,13	0,35	
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	19,80	89,05		0,08	0,04		0,70			23,50	24,50	78,50	1,95	
Итого:		690	23,55	26,77	109,60	773,53	40,10	0,46	0,30	75,62	7,98			160,51	161,14	376,47	8,80	8,13
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																		
Таб. №24/96	Сезонные фрукты	80	1,56	0,52	21,84	98,28		0,04	0,06	10,40	0,42			8,32	43,68	29,12	0,62	
14/2011	Салат из свежей капусты и моркови	60	0,89	3,71	2,86	47,63		0,03	0,02	12,48	1,94			18,03	11,29	21,45	0,57	
282/2011	Котлета рубленая мясная	80	10,43	14,55	12,61	223,07	3,74	0,08	0,05	0,24	2,73			49,22	18,65	56,36	1,22	
318/2011	Картофель отварной	130	2,60	4,34	21,19	134,20		0,16	0,08	26,00	1,83			14,58	30,00	75,80	1,18	
392/2014 Дети плюс	Чай с сахаром	180			9,98	39,92								0,30			0,03	
ТТК	Вафли порционные 1шт.	1шт	1,03	5,22	11,18	95,74												
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	
Итого:		593	18,45	28,66	80,95	685,57	3,74	0,35	0,23	49,12	7,49			97,46	116,52	216,73	4,53	7,68
Итого:		1885	67,24	70,74	270,28	1 946,73	129,50	1,00	1,00	126,66	20,32	4,41	243,03	705,41	346,30	982,11	13,88	22,52



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

Галиева



Циклическое меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Сад 2 неделя

14.01.2025

Сборник рецептов	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					ХЕ	
			Белки	Жиры	Углеод-ды	Ккал	А (мг)	В1 (мг)	В2 (мг)	С (мг)	Е (мг)	Zn (мг)	I (мг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)
Вторник 2 неделя																		
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																		
3/11 Дети	Батон с маслом	30/5	2,29	4,50	15,49	111,56	20,00	0,03	0,02		0,05			6,00	3,90	21,00	0,37	
Таб.№24/96	Сезонные фрукты	70	1,66	0,52	21,84	98,28		0,04	0,06	10,40	0,42			8,32	43,68	23,12	0,62	
215/2014	Омлет натуральный	100	10,51	13,21	1,92	168,61	190,03	0,07	0,30	0,37	10,51	10,51	1,70	70,81	13,06	172,83	1,94	
385/2014 Дети плюс	Кофейный напиток с молоком	180	2,79	2,89	16,79	104,29	18,00	0,04	0,14	1,17				108,30	12,80	81,00	0,12	
Итого:		415	17,15	31,11	56,04	482,74	238,03	0,18	0,58	11,84	19,88	10,51	1,70	200,43	73,26	303,95	3,05	4,67
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																		
40/2014 Дети плюс	Снежок	150	5,00	4,63	19,98	141,53	37,00	0,06	0,24	1,67				223,85	27,75	173,90	0,19	
Итого:		150	5,00	4,63	19,98	141,53	37,00	0,06	0,24	1,67				223,85	27,75	173,90	0,19	1,67
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																		
13/14	Салат Бодряшка	60	0,41	3,65	1,16	38,93		0,02	0,01	4,07	1,00			9,88	6,13	17,50	0,29	
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	1,06	
269/2014 Дети плюс	Пудинг рыбный запеченный	75	14,46	5,14	4,86	123,34	12,51	0,03	0,04	0,10	1,64	0,34	0,53	16,72	6,30	29,41	1,56	
472/96	Картофельное пюре	130	2,92	4,43	19,15	120,19	0,02	0,14	0,11	22,49	0,04	0,00	1,25	43,18	28,75	85,48	1,07	
372/2014 Дети плюс	Компот из яблок	180	0,16	0,16	11,18	46,86		0,01	0,01	4,08	0,08			6,74	3,67	4,49	0,92	
ГПК	Хлеб ржаной	50	3,40	0,65	18,90	93,05		0,05	0,04		0,70			23,50	24,50	78,50	1,95	
ГПК	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	
Итого:		720	28,47	22,13	78,66	631,89	21,32	0,42	0,31	47,97	6,69	0,94	1,76	151,28	106,81	344,51	7,74	6,56
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																		
ТАБ 24/96	Икра кабачковая (консерв)	40	1,05	4,73	4,52	64,85												
298/14 Дети плюс	Голубцы пенные	60	1,98	3,44	5,86	82,28	6,20	0,02	0,03	23,16	1,25			27,96	11,21	30,00	1,01	
205/2014 Дети	Макаронь отварные	150/5	6,78	6,68	37,01	222,25		0,09	0,02		3,01			15,86	8,75	46,98	0,80	
ГПК	Чай с шиповником	180	0,20	0,08	11,22	48,43		0,00	0,02	58,80	0,22			3,78	1,00	1,00	0,20	
ГПК	Печенье 1шт.	3шт.	1,50	1,96	14,88	83,16												
ГПК	Хлеб пшеничный	30	2,58	0,39	13,56	68,07		0,07	0,02		0,89			8,40	16,20	40,80	1,06	
Итого:		485	13,98	16,28	67,06	547,04	6,20	0,19	0,10	81,95	5,17			55,99	37,16	118,06	3,18	7,25
Итого:		1770	64,78	64,14	241,75	1 803,10	292,55	0,84	1,23	143,52	22,80	11,45	3,48	631,55	245,08	941,22	14,16	20,15



"Утверждаю"

Директор ООО "Ак Барс"

Галиева Э.А.

Галиева Э.А.



Циклическое меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Сад 2 неделя

15.01.2025

Сборник рецептов	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					ХЕ	
			Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)
Среда 2 недели																		
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																		
3/2011 Дети сред.	Батон с маслом и сыром	300/5	3,47	8,00	15,49	129,83	33,28	0,04	0,03	0,04	0,05			51,78	5,89	48,50	0,42	
165/14	Каша молочная рисовая жидкая с сахаром и маслом	200	6,26	4,46	38,25	218,10	8,00	0,07	0,16	0,80	0,02	2,82	5,54	131,43	14,22	91,70	1,21	
394/2014 Дети плюс	Чай с молоком	180	1,60	1,38	11,02	62,65		0,01	0,07	0,33		1,80	3,03	66,25	7,70	49,50	0,08	
Итого:		427	11,33	11,82	64,76	410,78	41,28	0,12	0,26	0,97	0,07	4,62	8,57	249,46	27,81	187,70	1,72	5,40
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																		
ГТК	Бифидок	150	5,38	4,84	7,60	93,63		0,08	0,24					218,77	29,66	177,98	0,19	
Итого:		150	5,38	4,84	7,60	93,63		0,08	0,24					218,77	29,66	177,98	0,19	6,63
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																		
33/2011 Дети плюс	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	0,90	3,98	5,28	57,63		0,01	0,02	6,00	1,66			22,20	13,20	25,87	0,84	
86/2011	Суп Лапша домашняя на кур. бульоне	200	6,75	8,50	11,46	149,29	19,50	0,06	0,06	2,34	2,06			29,34	10,83	69,10	1,71	
388/2014	Фрикадельки мясные	70	14,50	13,96	12,57	233,83		0,08	0,02	0,86	14,54	14,54	0,09	54,18	21,24	152,99	2,11	
137/214 Дети плюс	Рагу из овощей	130/5	2,54	10,60	14,49	163,47	29,75	0,10	0,08	23,38	2,62			41,87	27,09	68,44	0,97	
689/2004	Напиток фруктовый	180	0,13	0,91	6,42	28,33		0,01	0,00	5,76	0,03			5,94	1,73	0,32	0,10	
	Хлеб ржаной	50	3,40	0,85	19,90	99,05		0,09	0,04		0,70			23,50	24,50	78,50	1,95	
ГТК	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	
Итого:		720	39,36	37,69	81,61	786,33	49,25	0,38	0,24	38,34	22,19	14,54	6,09	184,12	112,16	429,22	8,59	6,78
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																		
60/2014 Дети плюс	Салат из моркови	60	0,18	3,12	3,00	40,71		0,01	0,01	2,93	1,39			5,59	3,91	5,12	0,64	
Таб. №24/96	Сезонные фрукты	80	1,58	0,52	21,84	98,28		0,04	0,05	10,40	0,42			8,32	43,68	29,12	0,62	
ГТК	Сырники классические с молоком сгущ.	120/20	13,85	10,21	43,21	319,38		0,01	0,04	0,24				62,01	6,57	44,31	0,04	
382/2014 Дети плюс	Чай без сахара	180																
479/2011	Булочка с крошкой	90	4,05	3,58	24,27	145,46	4,08	0,07	0,05	0,27	1,58			32,19	8,40	49,27	0,44	
Итого:		530	19,42	17,43	82,32	603,83	4,08	0,13	0,15	13,84	3,39			108,11	62,86	127,82	1,75	7,69
Итого:		1857	66,49	71,58	246,10	1 894,56	94,59	0,69	0,90	53,15	25,65	19,06	8,66	760,46	232,22	922,72	12,24	20,51



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



Циклическое меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Сад 2 неделя

16.01.2025

Сборник рецептур	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)
Четверг 2 неделя																		
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																		
3/2011 Дети плюс	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	5,89	46,50	0,42	
6/3/2014	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,84	6,14	19,48	156,52	38,00	0,08	0,22	1,82	0,26			171,57	22,16	140,52	0,40	
307/2014 Дети плюс	Какао с молоком	180	3,68	3,82	16,36	110,50	22,44	0,05	0,17	1,43	0,01			134,86	23,90	112,10	0,58	
Итого:		420	15,54	18,26	50,47	428,35	141,70	0,18	0,51	3,29	0,44			371,21	54,15	337,52	6,41	4,21
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																		
ГТК	Ряженка	150	5,37	4,63	7,77	84,17	37,00	0,04	0,24	0,56				229,40	25,90	170,20	0,18	
Итого:		150	5,37	4,63	7,77	84,17	37,00	0,04	0,24	0,56				229,40	25,90	170,20	0,18	6,65
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																		
54/2014 Дети плюс	Салат Степной	60	1,00	3,07	6,11	58,05		0,04	0,05	3,40	1,54			19,64	19,85	32,78	0,57	
58/2011	Борщ с картофелем на кур. бульоне со сметаной	200/10	5,20	8,54	13,03	149,74	17,00	0,09	0,09	13,25	1,94			44,42	26,97	85,50	1,36	
403/96	Плов с курицей	180	12,80	14,41	39,99	340,87		0,06	0,04	1,31	3,06			14,02	31,05	87,91	0,77	
	Сок	180	0,80	0,18	18,18	77,94		0,02	0,02	3,60	0,18			12,00	7,20	12,60	2,52	
	Хлеб ржаной	50	3,40	0,65	19,90	99,05		0,00	0,04		0,70			23,90	24,50	78,50	1,85	
ГТК	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	
Итого:		705	25,45	27,17	108,51	780,38	17,00	0,36	0,25	21,56	8,60			121,18	123,07	331,29	8,07	9,04
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																		
Tab.M24/96	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	
13/14	Салат из свеклы	60	0,41	3,65	1,10	38,93		0,02	0,01	4,07	1,66			5,68	8,13	17,50	0,29	
ГТК	Котлета рыбная "Веста"	70	9,65	8,93	5,68	141,65											0,14	
476/2013 Салат	Картофельное пюре	130	2,93	5,08	23,88	152,97		0,18	0,10	29,30	2,14			17,59	33,87	85,66	1,34	
382/2014 Дети плюс	Чай с сахаром	180			9,95	39,82								0,30			0,03	
ГТК	Сушки	10		0,01	8,00	32,09												
ГТК	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	
Итого:		575	16,70	18,52	81,78	590,57		0,29	0,19	43,77	4,79			43,99	99,19	166,42	3,19	6,82
Итого:		1 920	57,74	64,85	259,76	1 857,30	158,70	0,83	0,95	68,61	13,23			535,48	276,40	835,24	17,66	21,65



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



Циклическое меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Сад 2 неделя

17.01.2025

Сборник рецептов	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)
Пятница 2 неделя																		
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	5,69	46,60	0,42	
185/14	Каша молочная пшеничная жидкая с сахаром и маслом	200/5/2	7,54	5,29	36,45	223,58	6,00	0,19	0,15	0,60	0,14	2,92	5,54	134,23	47,42	184,90	1,21	
394/2014 Дети плюс	Чай с молоком	180	1,90	1,38	11,02	62,85		0,01	0,07	0,33		1,60	3,03	66,25	7,70	49,50	0,08	
Итого:		427	12,61	12,66	62,96	416,26	41,26	0,23	0,25	0,97	0,19	4,52	8,57	252,26	60,81	280,96	1,72	5,25
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																		
401/2014 Дети плюс	Кефир	150	5,37	4,63	7,40	92,69	37,00	0,07	0,31	1,39				2,22	25,90	166,90	0,19	
Итого:		150	5,37	4,63	7,40	92,69	37,00	0,07	0,31	1,39				2,22	25,90	166,90	0,19	0,62
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																		
190																		
ГТК	Салат "Здоровье"	90	0,87	9,00	3,46	98,77		0,03	0,02	3,80	4,11			14,18	12,77	24,78	0,45	
81/2011 Дети принт	Суп гороховый на курином бульоне	200	8,07	3,67	15,85	128,70	7,00	0,22	0,09	9,65	0,36			37,09	32,94	101,49	1,96	
291/2014	Запеканка картофельная с мясом	190	13,21	11,16	26,69	259,64		0,18	0,11	29,71	2,65			18,65	36,64	94,66	1,56	
ГТК	Компот из сухофруктов	180	1,44	0,54	23,27	103,69		0,11	0,07	18,00	1,08			36,18	16,20	36,00	0,92	
ГТК	Хлеб пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	56,73		0,06	0,02		0,58			7,00	13,60	34,00	0,80	
	Хлеб ржаной	50	3,40	0,65	19,90	99,05		0,08	0,04		0,70			23,50	24,50	78,50	1,85	
Итого:		655	29,15	25,39	100,37	746,57	7,00	0,69	0,36	61,36	9,48			136,59	136,54	369,40	7,73	8,36
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																		
41/2011 Дети принт	Салат из моркови с сахаром	60	0,07	0,01	3,22	13,23		0,00	0,00					1,65	2,19	3,17	0,01	
Таб. №24/96	Сезонные фрукты	60	1,96	0,52	21,84	96,28		0,04	0,05	10,40	0,42			8,32	43,68	29,12	0,62	
235/2011	Запеканка творожно-рисовая с повидлом	120/20	18,91	9,67	27,99	273,08	36,10	0,06	0,07	0,11	0,43	0,44	0,63	39,65	12,30	56,86	1,99	
392/2014	Чай без сахара	180																
467/2014 Дети плюс	Булочка Дорожная	50	4,49	5,58	30,16	188,64	10,40	0,07	0,05	0,20	2,44			28,08	8,08	49,51	1,20	
Итого:		530	25,03	15,76	62,81	573,22	49,50	0,16	0,16	10,70	3,28	0,44	0,63	77,69	66,25	138,46	3,82	6,90
Итого:		1792	72,15	58,44	253,54	1 828,74	134,76	1,16	1,10	74,32	12,94	4,95	9,39	468,76	289,50	955,26	13,45	21,13



"Утверждено"

Директор ООО "Ак Барс"

Галиева Э.А. *Галиева*

