

Циклическое меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Сад 4 неделя

24.03.2025

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 (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)	
Понедельник 4 неделя																		
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																		
3/2011 Дети	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	5,60	46,50	0,42	
18/5/14	Каша молочная кукурузная жидкая с сахаром и маслом	200/5/2	6,26	4,45	38,25	216,10	8,00	0,07	0,16	0,60	0,02	2,92	5,54	131,43	14,22	91,70	1,21	
394/2014 Дети плюс	Чай с молоком	180	1,60	1,38	11,02	62,85		0,01	0,07	0,33		1,60	3,00	66,25	7,70	49,50	0,08	
Итого:		427	11,33	11,82	64,76	410,78	41,26	0,12	0,26	0,97	0,07	4,52	8,57	249,46	27,61	187,70	1,72	5,40
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	0,96				229,40	25,90	170,20	0,19	
Итого:		150	5,37	4,63	7,77	94,17	37,00	0,04	0,24	0,96				229,40	25,90	170,20	0,19	0,65
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																		
25/2004	Салат Степной	60	0,81	1,97	4,25	37,98		0,03	0,02	4,90	0,93			12,82	10,73	24,85	0,36	
	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне	200	5,29	7,38	7,61	118,04	8,00	0,07	0,07	25,67	1,91			47,78	22,65	74,12	1,03	
ТТК	Котлета рубленая мясная	70	10,70	16,87	10,96	236,67											0,08	
460/2013 Самар. обл.	Рис отварной с овощами	190	3,72	5,51	37,12	212,90		0,08	0,04	2,10	2,52			16,48	33,48	89,25	0,73	
37/2/2014 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	
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:		725	26,23	32,67	102,32	808,23	8,00	0,32	0,20	36,75	6,71			114,32	108,53	305,29	5,91	8,53
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																		
Таб.№24/96	Сезонные фрукты	80	1,56	0,52	21,84	96,26		0,04	0,05	10,40	0,42			8,32	43,68	29,12	0,62	
	Салат из свежей капусты	60	0,08	2,98	3,41	40,78		0,01	0,01	0,30	0,08		480,00	6,13	2,54	4,26	0,08	
ТТК	Шницель рубленый из птицы	75	7,37	8,77	23,99	204,34	3,90	0,08	0,05	0,25	2,55			41,22	16,61	52,73	1,08	
476/2013	Картофель отварной	130	2,93	5,08	23,88	152,97		0,18	0,10	29,30	2,14			17,59	33,87	85,86	1,34	
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	11,16	65,74												
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:		588	15,12	22,89	95,58	648,83	3,90	0,34	0,23	40,25	5,77		480,00	80,26	119,20	295,77	4,03	7,97
Итого:		1 920	58,64	72,01	270,43	1 962,01	90,16	0,82	0,94	78,53	12,55	4,52	488,57	673,45	272,24	868,95	11,83	22,54



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

Галиева



Циклическое меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Сад 4 неделя

25.03.2025

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)	
Вторник 4 неделя																		
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																		
Таб. №24/96	Сезонные фрукты	70	1,56	0,52	21,84	98,26		0,04	0,05	10,40	0,42			8,32	43,68	29,12	0,82	
3/2011 Дилл	Батон с маслом и сыром	30/5/5	3,47	8,00	15,49	129,63	33,26	0,04	0,03	0,04	0,05			51,78	5,69	46,50	0,42	
215/2014	Омлет натуральный	100	10,51	13,21	1,92	168,51	190,03	0,07	0,38	0,37	10,51	10,51	1,70	76,91	13,08	172,83	1,94	
307/2014 Дилл плюс	Какао с молоком	180	3,68	3,82	15,35	110,50	22,44	0,06	0,17	1,43	0,01			134,86	23,90	112,10	0,58	
Итого:		420	19,22	23,55	54,60	507,22	245,73	0,19	0,63	12,24	10,98	18,51	1,70	271,87	86,35	360,55	3,57	4,55
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																		
401/2014 Дилл плюс	Снежок	150	5,00	4,63	19,98	141,53	67,00	0,06	0,24	1,67				223,85	27,75	173,90	0,19	
Итого:		150	5,00	4,63	19,98	141,53	67,00	0,06	0,24	1,67				223,85	27,75	173,90	0,19	1,67
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																		
ТАБ 24/96	Икра кабачковая (консерв)	40	1,05	4,73	4,52	84,85												
81/2011 Дилл плюс	Суп гороховый на курином бульоне	200	8,07	3,67	19,85	128,70	7,00	0,22	0,09	9,89	0,30			37,09	32,94	101,49	1,96	
ТТК	Котлета рыбная	80	16,41	9,06	7,12	175,99	26,48	0,04	0,08	4,79	3,42	1,30		79,39	14,50	69,29	0,71	
472/96	Картофельное пюре	130	2,92	4,43	19,15	128,19	0,02	0,14	0,11	22,49	0,04	0,60	1,25	43,18	28,75	85,48	1,07	
103/96	Кисель из сухофруктов	180	0,20	0,08	14,32	58,81		0,01	0,01	39,84	0,14			9,14	6,18	9,61	0,29	
	Хлеб ржаной	50	3,40	0,65	19,90	99,06		0,06	0,04		0,70			23,50	24,50	78,50	1,95	
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:		705	22,90	25,11	88,47	671,50	7,51	0,49	0,33	89,00	8,33	0,81	0,92	120,83	107,41	313,11	6,14	7,37
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																		
33/2011 Дилл плюс	Салат из свеклы	80	0,90	3,66	5,28	57,63		0,01	0,02	6,00	1,66			22,20	13,20	25,87	0,84	
287/2014	Тефтели с соусом сметанным	80/90	9,15	15,89	19,43	241,31	20,00	0,04	0,04	1,58	2,50			27,79	9,30	41,44	0,44	
314/2014 Дилл плюс	Каша гречневая вязкая	130	4,01	4,34	18,66	127,33	18,20	0,14	0,07		0,30			8,55	63,12	85,54	2,13	
302/2014	Чай с сахаром	180			8,98	30,92								0,30			0,03	
ТТК	Печенье 1шт.	1шт.	1,50	1,95	14,88	83,18												
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:		575	17,71	28,17	74,93	606,07	38,20	0,25	0,15	7,58	5,93			65,83	99,12	198,86	4,34	6,24
Итого:		1960	64,82	79,46	237,98	1 926,31	328,44	0,99	1,35	110,48	24,35	11,12	2,62	690,38	320,62	1 044,42	14,23	19,83

"Согласовано"

д/с №

"Утверждаю"

Директор ООО "Ак Барс"

Галиева Э.А.

Галиева

Для документов

Циклическое меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Сад 4 неделя

26.03.2025

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 (мг)	I (мг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)	
Среда 4 неделя																		
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																		
3/2011 Дети прилг	Батон с маслом и сыром	30/5/5	3,47	6,00	15,48	129,63	33,28	0,04	0,03	0,04	0,05			51,78	5,69	46,50	0,42	
185/14	Каша молочная пшеничная жидкая с сахаром и маслом	200/5/2	7,54	5,29	36,45	223,58	8,00	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	1,60	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:		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	280,99	1,72	5,25
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																		
ТТК	Бифидок	150	5,38	4,64	7,60	93,63		0,06	0,24					218,77	29,68	177,98	0,19	
Итого:		150	5,38	4,64	7,60	93,63		0,06	0,24					218,77	29,68	177,98	0,19	0,63
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																		
Таб.24/96	Огурец солёный порционно	20	0,17	0,03	0,58	3,27		0,01	0,01	3,83	0,17	0,17	0,82	2,14	3,06	3,98	0,14	
58/2014	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне	200	5,26	7,11	12,53	135,15	7,30	0,06	0,08	18,67	0,16			53,00	30,04	85,01	1,62	
277/2014 Дети плюс	Суфле из печени говядины	80	11,33	18,15	2,72	216,52		0,01	0,01	1,08	1,01			5,90	4,22	10,17	0,17	
205/2014 Дети плюс	Макароны отварные	150/5	5,78	5,68	37,01	222,25		0,09	0,02		3,01			15,86	8,75	46,90	0,89	
	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	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:		710	28,99	32,12	102,22	813,90	7,30	0,34	0,20	27,17	5,80	0,17	0,92	120,01	91,27	271,24	8,19	8,52
Уютный полдник (с 3 до 7 лет)																		
Таб.№24/96	Сезонные фрукты	90	1,56	0,52	21,84	98,28		0,04	0,06	10,40	0,42			8,32	43,68	29,12	0,82	
60/2014 Дети плюс	Салат из моркови с яблоками	60	0,16	3,12	3,00	40,71		0,01	0,01	2,93	1,39			5,99	3,91	5,12	0,64	
ТТК	Сырники классические с соусом	120/20	13,65	10,21	43,21	319,38		0,01	0,04	0,24				62,01	6,87	44,31	0,04	
395/2014 Дети плюс	Чай без сахара	180																
480/2011 Дети плюс	Булочка с крошкой	50	3,86	7,43	31,09	206,67	11,50	0,06	0,05	0,13	3,24			20,71	6,64	42,65	1,35	
Итого:		530	19,24	21,28	99,14	665,04	11,50	0,12	0,15	13,70	5,05			96,63	61,68	121,20	2,66	8,26
Итого:		1847	66,21	70,69	271,93	1 988,82	60,06	0,75	0,84	41,85	11,04	4,69	9,49	687,68	242,83	851,32	12,75	22,68



"Согласовано"

и/с №

"Утверждаю"

Директор ООО "Ак Барс"

Галиева Э.А.

Галиева Э.А.



Для документов

Циклическое меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Сад 4 неделя

27.03.2025

27.03.2020

Сборник рецептов	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества						ХЕ
			Белки	Жиры	Углево-ды	Калл	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)	
Четверг 4 неделя																		
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																		
3/11 Дети прием	Батон с маслом	3005	2,29	4,50	15,49	111,56	20,00	0,03	0,02		0,05			6,90	3,90	21,00	0,37	
213/2011 Дети прием	Яйцо вареное	шт	5,10	4,60	0,30	63,00	100,00	0,03	0,18		0,24			26,00	4,80	76,80	10,00	
94/2014 Дети плюс	Каша молочная геркулесовая жидкая с сахаром и маслом	200	5,55	5,65	15,76	136,49	8,00	0,08	0,20	0,84	0,21	4,08	7,70	174,77	35,08	165,96	0,58	
396/2014 Дети плюс	Кофейный напиток с молоком	180	2,79	2,89	10,79	104,29	16,00	0,04	0,14	1,17				108,30	12,60	81,00	0,12	
Итого:		435	13,18	15,38	48,18	383,84	96,00	0,17	0,43	2,01	0,38	4,08	7,70	302,97	53,98	306,36	6,07	4,02
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				228,40	25,90	170,20	0,19	
Итого:		150	5,37	4,63	7,77	94,17	37,00	0,04	0,24	0,56				228,40	25,90	170,20	0,19	0,65
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																		
№45/2014 Дети плюс	Винегрет овощной	60	0,86	3,71	5,25	57,87		0,03	0,03	6,46	1,70			15,24	13,16	28,35	0,54	
	Суп картофельный с фрикадельками	25/200	6,50	4,52	14,91	127,22	0,01	0,12	0,11	18,29	6,50	6,50	66,73	17,17	29,47	104,42	1,58	
ТТК	Плов из птицы	150	10,73	10,13	34,77	273,17		0,05	0,03	1,35	3,30			11,12	28,53	79,21	0,61	
695/2004	Напиток фруктовый	180	0,13	0,01	6,42	26,33		0,01	0,00	5,78	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:		690	23,77	19,45	92,55	640,37	0,61	0,35	0,23	31,86	12,80	6,50	66,73	79,97	110,89	324,79	5,69	7,71
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																		
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	Биточки рыбные	80	16,41	9,06	7,12	175,59	26,48	0,04	0,08	4,79	3,42	1,33		79,39	14,50	66,29	0,71	
472/96	Картофельное пюре	130	2,92	4,43	19,15	128,19	0,02	0,14	0,11	22,49	0,04	0,60	1,25	43,18	28,75	85,48	1,07	
392/2014 Дети плюс	Чай с сахаром	180			9,98	39,92								9,30			0,03	
450/2011 Дети прием	Ватрушка с повидлом	40	3,01	1,60	29,38	143,91	10,61	0,05	0,04	0,11	0,50			19,73	6,47	33,55	1,05	
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:		555	26,05	15,93	98,78	642,62	38,12	0,33	0,36	37,79	4,95	1,93	1,25	157,93	106,90	251,44	4,38	8,23
Итого:		1 880	63,07	50,86	258,50	1 754,82	135,13	0,85	0,96	71,66	18,13	12,49	75,68	540,87	271,77	882,59	16,14	21,54



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



Циклическое меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Сад 4 неделя

28.03.2025

Сборник рецептов	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества						ХЕ
			Белки	Жиры	Углево-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 4 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	33,20	0,04	0,03	0,04	0,05			51,78	5,89	46,50	0,42	
168/2011	Каша молочная гречневая жидкая с сахаром и маслом	200/5/2	6,58	4,84	26,75	176,90	0,00	0,16	0,19	0,58	0,26	2,78	5,28	123,67	73,55	176,78	2,14	
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:		427	11,65	12,21	53,26	369,67	41,26	0,19	0,29	0,94	0,31	4,38	8,31	241,79	86,94	272,78	2,64	4,44
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	1,30				2,22	25,90	166,50	0,19	
Итого:		150	5,37	4,63	7,40	92,69	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)																		
49/2013	Салат из квашеной капусты с луком	60	0,27	6,03	0,73	58,26		0,01	0,01	2,14	2,89			8,88	4,50	10,06	0,18	
86/2011	Суп Лапша домашняя на кур. бульоне	200	8,75	8,50	11,45	149,29	19,50	0,06	0,06	2,34	2,06			29,34	10,83	69,10	1,71	
276/2011	Жаркое по-домашнему	180	10,79	12,06	26,90	259,28		0,20	0,11	33,00	2,41			31,08	38,95	101,90	1,62	
ТТК	Компот из ягод	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	19,90	99,06		0,09	0,04		0,70			23,50	24,50	78,50	1,95	
Итого:		695	23,58	27,65	93,42	716,79	19,50	0,42	0,25	80,68	8,66			108,22	98,99	306,77	6,71	7,78
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																		
Таб. №24/96	Сезонные фрукты	90	1,56	0,52	21,84	98,28		0,04	0,05	10,40	0,42			8,32	43,88	29,12	0,62	
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	
229/2014	Запеканка творожно-рисовая с молоком сгущ	120/20	23,82	3,77	30,44	268,95	17,10	0,04	0,07	0,20	0,24			72,72	9,89	71,01	1,94	
396/2014 Дети плюс	Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	18,67	79,41		0,01	0,05	180,00	0,65			11,10	3,06	3,06	0,57	
ТТК	Сушки	10	1,35	1,49	20,20	99,61												
Итого:		490	27,42	8,04	94,37	559,48	17,10	0,10	0,18	190,60	1,34			93,79	58,82	106,38	3,14	7,86
Итого:		1792	68,01	52,52	248,45	1738,53	114,86	0,78	1,03	273,52	10,31	4,38	8,31	445,93	270,64	846,40	12,68	20,70



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

