

Цикличное меню Ясли

на период с 16.05.2022г. по 20.05.2022

Сборник рецептов	Код	Наименование	Выход	Цена продаж	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																				
Завтрак 1 (до 3 лет)																				
1/2011 Дели принт	14431	Батон с маслом	15/5	7,00	1,17	4,06	7,78	72,30	20,00	0,02	0,01		0,05			4,05	1,95	11,25	0,19	
279/2013 КШП	16805	Каша молочная манная жидкая с печеньем	150	12,00	3,95	4,74	19,06	134,68	24,80	0,05	0,13	1,05	0,40			105,39	14,74	89,00	0,36	
392/2014 Дели плюс	14383	Чай с сахаром	150	1,00			6,99	27,94							0,21				0,02	
Итого:			320	20,00	5,11	8,80	33,82	234,92	44,80	0,07	0,14	1,05	0,45		109,65	16,69	100,25	0,57	2,82	
Завтрак 2 (до 3 лет)																				
Таб.№24/9	16536	Десерт фруктовый (яблоко)	60	8,50	0,24	0,24	5,88	26,64		0,02	0,01	6,00	0,12		9,60	5,40	6,60	1,32		
Итого:			60	8,50	0,24	0,24	5,88	26,64		0,02	0,01	6,00	0,12		9,60	5,40	6,60	1,32	0,49	
Обед (до 3 лет)																				
Таб.24/96	10277	Помидор свежий	15	4,00	0,17	0,03	0,58	3,27		0,01	0,01	3,83	0,17	0,17	0,92	2,14	3,06	3,98	0,14	
132/96	19237	Суп из овощей	150	8,50	1,20	2,71	6,84	56,56		0,05	0,03	13,26	1,22		22,19	13,98	34,10	0,55		
277/14	19233	Гуляш из отварного мяса индейки	40/40	44,50	1,44	21,72	2,74	212,16		0,01	0,01	1,08	9,40		5,90	4,22	10,55	0,17		
314/2014 Дели плюс	16094	Каша пшеничная вязкая	100	2,50	2,67	3,79	16,65	111,37		0,07	0,02		1,55		9,72		0,07	1,14		
398/2014 Дели плюс	15144	Напиток из плодов шиповника	150	9,00	0,51	0,21	14,23	60,85		0,01	0,05	150,00	0,57		9,21	2,55	2,55	0,47		
	14492	Хлеб пшеничный	15	1,50	1,29	0,20	6,78	34,04		0,03	0,01		0,35		4,20	8,10	20,40	0,54		
ТТК	15943	Хлеб ржаной	20	2,00	1,36	0,26	7,96	39,62		0,04	0,02		0,28		9,40	9,80	31,40	0,78		
Итого:			530	72,00	8,65	28,91	55,77	517,87		0,23	0,15	168,17	13,54	0,17	0,92	62,76	41,71	103,05	3,79	4,65
Полдник (до 3 лет)																				
400/2014 Дели плюс	14728	Молоко кипяченое	100	9,50	3,05	3,37	4,95	62,34	21,06	0,04	0,16	1,37			126,36	14,74	94,77	0,11		
470/2011 Дели принт	14850	Булочка Дорожная	30	3,50	2,13	4,69	17,25	119,68	2,40	0,03	0,01		2,08		4,46	3,22	17,61	0,25		
Итого:			130	13,00	5,18	8,06	22,20	182,02	23,46	0,08	0,17	1,37	2,08		130,82	17,96	112,38	0,36	1,85	
Ужин (до 3 лет)																				
Таб.№24/9	6022	Огурец свежий	15	3,50	0,11	0,02	0,29	1,78		0,00	0,00	1,07	0,11	0,11	0,77	2,60	2,14	4,59	0,08	
ТТК	19191	Галушки картофельные с молочно-мясным соусом	100/20	15,50	6,36	3,94	32,48	190,85	18,81	0,13	0,13	10,52	3,53	4,56	2,73	63,84	23,41	100,45	1,04	
ТТК	15974	Чай ягодный	150	4,50	0,10	0,04	9,81	40,01		0,00	0,00	20,00	0,07		3,87	3,10	3,30	0,16		
Итого:			285	23,50	6,57	4,00	42,58	232,63	18,81	0,14	0,14	31,59	3,71	4,67	3,50	70,31	28,65	108,34	1,28	3,55
Итого:			1 325	137,00	25,75	50,01	160,25	1 194,08	87,07	0,53	0,61	208,18	19,89	4,84	4,42	383,14	110,41	430,63	7,32	13,35
Вторник																				
Завтрак 1 (до 3 лет)																				
3/2014 Де Ли плюс	18474	Батон с сыром	15/5	6,50	2,29	1,91	7,71	57,17	13,00	0,02	0,02	0,04			46,85	3,70	34,75	0,23		
215 Дели плюс	11364	Омлет натуральный	60	16,00	6,31	7,94	1,16	101,34	114,02	0,04	0,23	0,22	6,31	6,31	1,02	46,18	7,85	103,72	1,16	
394/2014 Дели плюс	14725	Чай с молоком	150	10,00	2,67	2,94	11,31	82,41	18,40	0,04	0,14	1,20			110,61	12,88	82,80	0,11		
Итого:			230	32,50	11,26	12,79	20,18	240,92	145,42	0,10	0,39	1,45	6,31	6,31	1,02	203,64	24,43	221,27	1,50	1,68
Завтрак 2 (до 3 лет)																				
399/2014 Дели плюс	14400	Сок	100	7,00	0,50	0,10	10,10	43,30		0,01	0,01	2,00	0,10		7,00	4,00	7,00	1,40		
Итого:			100	7,00	0,50	0,10	10,10	43,30		0,01	0,01	2,00	0,10		7,00	4,00	7,00	1,40	0,84	
Обед (до 3 лет)																				
табл.24/199 б	15393	Огурец свежий	20	4,50	0,14	0,02	0,38	2,26		0,01	0,00	1,40	0,02		3,40	2,80	6,00	0,10		
76/2011	17194	Рассольник "Ленинградский" на кур бульоне	150	13,50	4,04	5,50	10,33	106,95	5,63	0,08	0,06	10,54	1,46		21,34	19,32	68,64	0,85		
256/2014 Дели плюс	18886	Котлета рыбная Любительская (навага)	60	18,50	12,28	3,78	3,64	97,72	17,50	0,03	0,05	1,13	1,11		11,09	9,52	30,53	2,06		
476/2013 Самара	14554	Картофель запеченный с растительным маслом	80	11,50	1,80	3,06	14,67	93,40		0,11	0,06	18,00	1,29		10,84	20,81	52,63	0,82		
372/2014 Дели плюс	14389	Компот из яблок	150	8,00	0,14	0,14	18,30	74,98		0,01	0,01	3,40			5,89	3,06	3,74	0,79		

	14392	Хлеб пшеничный	20	2,00	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46		5,60	10,80	27,20	0,72	
ТТК	15943	Хлеб ржаной	20	2,00	1,36	0,26	7,96	39,62		0,04	0,02		0,28		9,40	9,80	31,40	0,78	
Итого:			500	60,00	21,47	13,02	64,32	460,30	23,13	0,31	0,21	34,47	4,61		67,56	76,12	220,13	6,13	5,36

Полдник (до 3 лет)

400/2014 Дели плюс	14404	Молоко кипяченое	130	12,50	3,97	4,38	6,44	81,10	27,40	0,05	0,21	1,78			164,40	19,18	123,30	0,14	
	16990	Сушка		1,50	0,49	0,50	3,63	21,15											
Итого:			130	14,00	4,46	4,88	10,07	102,25	27,40	0,05	0,21	1,78			164,40	19,18	123,30	0,14	0,84

Ужин (до 3 лет)

185/14	19184	Каша молочная кукурузная жидкая с сахаром и маслом	150/5/2	12,50	4,70	3,70	29,94	171,87	8,00	0,05	0,12	0,45	0,02	2,19	4,16	98,82	10,67	68,94	0,92	
ТТК	14217	Блинчики с пылу с жару с молоком сгущ.	45/5	10,50	2,79	0,88	19,90	98,70		0,00	0,01	0,06			15,50	1,72	11,06	0,01		
392/2014 Дели плюс	14801	Чай без сахара	150	0,50																
Итого:			357	23,50	7,49	4,58	49,85	270,57	8,00	0,06	0,13	0,51	0,02	2,19	4,16	114,33	12,39	80,00	0,93	4,15
Итого:			1 317	137,00	45,19	35,37	154,51	1 117,34	203,95	0,53	0,95	40,22	11,04	8,50	5,18	556,92	136,12	651,70	10,10	12,88

Среда

Завтрак 1 (до 3 лет)

1/2011 Дели принт	14431	Батон с маслом	15/5	7,00	1,17	4,06	7,78	72,30	20,00	0,02	0,01		0,05		4,05	1,95	11,25	0,19		
185/14	19168	Каша молочная геркулесовая жидкая с сахаром и маслом	150/5/2	12,00	4,48	6,83	23,10	171,76	8,03	0,11	0,14	0,96	4,48	4,46	4,43	99,57	34,52	129,20	0,78	
397/2014 Дели плюс	16783	Какао с молоком	150	11,00	3,15	3,24	12,51	91,86	18,84	0,04	0,14	1,20	0,01		113,20	21,38	95,90	0,56		
Итого:			327	30,00	8,80	14,13	43,39	335,92	46,87	0,17	0,29	2,16	4,54	4,46	4,43	216,82	57,85	236,35	1,53	3,62

Завтрак 2 (до 3 лет)

Таб.№24/9	16536	Десерт фруктовый (яблоко)	60	8,50	0,24	0,24	5,88	26,64		0,02	0,01	6,00	0,12		9,60	5,40	6,60	1,32	
Итого:			60	8,50	0,24	0,24	5,88	26,64		0,02	0,01	6,00	0,12		9,60	5,40	6,60	1,32	0,49

Обед (до 3 лет)

Таб.№24/9	15395	Помидор свежий	20	5,00	0,22	0,04	0,76	4,28		0,01	0,01	5,00	0,14		2,80	4,00	5,20	0,18	
86/2011	171877	Суп Лапша домашняя на кур. бульоне	150	9,00	5,06	6,37	8,59	111,97	14,63	0,04	0,05	1,76	1,55		22,00	8,13	51,82	1,28	
416/96	14295	Котлета рубленая из говядины	50	28,00	8,53	6,77	7,20	123,85										0,06	
	18069	Гороховое пюре	100	7,50	11,30	3,32	23,61	169,51	14,00	0,44	0,09		0,28		48,12	43,33	112,52	3,47	
699/2004	18369	Напиток лимонный	150	5,00	0,11	0,01	18,32	73,84		0,00	0,00	4,80	0,02		5,34	1,44	0,26	0,13	
	14492	Хлеб пшеничный	15	1,50	1,29	0,20	6,78	34,04			0,03	0,01		0,35		4,20	8,10	20,40	0,54
ПП	14654	Хлеб ржаной	30	3,00	2,04	0,39	11,94	59,43			0,05	0,02		0,42		14,10	14,70	47,10	1,17
Итого:			515	59,00	28,54	17,10	77,20	576,91	28,63	0,59	0,19	11,56	2,76		96,56	79,70	237,36	6,77	6,43

Полдник (до 3 лет)

645/96	19113	Ацидофилин	130	14,50	4,20	1,40	5,60	51,80											
ТТК	16574	Плюшка Московская	30	2,50	2,52	2,09	18,75	103,91	2,00	0,04	0,01		1,10		5,76	3,78	21,37	0,49	
Итого:			160	17,00	6,72	3,49	24,35	155,71	2,00	0,04	0,01		1,10		5,76	3,78	21,37	0,49	2,03

Ужин (до 3 лет)

Таб.№24/9	6022	Огурец свежий	15	3,50	0,11	0,02	0,29	1,78		0,00	0,00	1,07	0,11	0,11	0,77	2,60	2,14	4,59	0,08	
211/2004 ТТК	14463	Овощи тушеные	100	16,50	2,01	2,54	14,86	90,31	12,00	0,11	0,07	19,60	0,23		29,48	26,45	65,96	1,02		
392/2014 Дели плюс	14383	Чай с сахаром	150	1,00			6,99	27,94							0,21			0,02		
	14492	Хлеб пшеничный	15	1,50	1,29	0,20	6,78	34,04			0,03	0,01		0,35		4,20	8,10	20,40	0,54	
Итого:			280	22,50	3,41	2,75	28,91	154,06	12,00	0,14	0,08	20,67	0,68	0,11	0,77	36,49	36,69	90,95	1,66	2,41
Итого:			1 342	137,00	47,71	37,72	179,73	1 249,25	89,50	0,96	0,58	40,38	9,20	4,57	5,20	365,23	183,42	592,63	11,76	14,98

Четверг

Завтрак 1 (до 3 лет)

3/2014 Де Ли плюс	18474	Батон с сыром	15/5	6,50	2,29	1,91	7,71	57,17	13,00	0,02	0,02	0,04			46,85	3,70	34,75	0,23	
94/2014 Дели плюс	16979	Суп молочный с пшеном	150	12,50	4,44	4,84	14,13	117,87	27,00	0,09	0,16	1,37	0,05		129,97	24,68	122,98	0,44	
394/2014 Дели плюс	14725	Чай с молоком	150	10,00	2,67	2,94	11,31	82,41	18,40	0,04	0,14	1,20			110,61	12,88	82,80	0,11	
Итого:			320	29,00	9,39	9,70	33,15	257,45	58,40	0,15	0,32	2,60	0,05		287,43	41,26	240,53	0,78	2,76

Завтрак 2 (до 3 лет)

399/2014 Дели плюс	14400	Сок	100	7,00	0,50	0,10	10,10	43,30		0,01	0,01	2,00	0,10		7,00	4,00	7,00	1,40	
Итого:			100	7,00	0,50	0,10	10,10	43,30		0,01	0,01	2,00	0,10		7,00	4,00	7,00	1,40	0,84

Обед (до 3 лет)

Таб.№24/9	6022	Огурец свежий	15	3,50	0,11	0,02	0,29	1,78		0,00	0,00	1,07	0,11	0,11	0,77	2,60	2,14	4,59	0,08
-----------	------	---------------	----	------	------	------	------	------	--	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

67/2011	17198	Щи из свежей капусты с картофелем на кв. бульоне	150	13,50	3,97	5,54	5,71	88,53	6,00	0,05	0,06	19,25	1,43			35,84	16,99	55,59	0,77	
ТТК	19195	Плов из птицы	125	22,50	8,94	8,44	28,96	227,55		0,04	0,02	1,12	2,75			9,26	23,77	65,98	0,51	
ТТК	8667	Компот из ягод замороженной	150	7,00	0,15	0,06	16,07	65,42			0,01	30,00	0,15			5,85	4,65	4,95	0,24	
ТТК	15943	Хлеб ржаной	20	2,00	1,36	0,26	7,96	39,62		0,04	0,02		0,28			9,40	9,80	31,40	0,78	
	14392	Хлеб пшеничный	20	2,00	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46			5,60	10,80	27,20	0,72	
Итого:			480	50,50	16,25	14,58	68,03	468,28	6,00	0,18	0,12	51,45	5,18	0,11	0,77	68,55	68,15	189,71	3,10	5,67

Полдник (до 3 лет)

400/2014	14404	Молоко кипяченое	130	12,50	3,97	4,38	6,44	81,10	27,40	0,05	0,21	1,78				164,40	19,18	123,30	0,14	
Дели плюс	18897	Печенье Сахарное 1шт.	20	3,00	1,50	1,96	14,88	83,16												
Итого:			150	15,50	5,47	6,34	21,32	164,26	27,40	0,05	0,21	1,78				164,40	19,18	123,30	0,14	1,78

Ужин (до 3 лет)

41/2011	18434	Салат из моркови с сахаром	40	5,50	0,05	0,00	2,15	8,82		0,00	0,00					1,10	1,46	2,11	0,01	
Дели принт	15933	Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенными С	75/20	29,00	4,94	6,05	24,96	174,05	66,00	0,04	0,12	0,20	0,32			78,46	10,67	90,95	4,69	
ТТК	392/2014	Чай без сахара	150	0,50																
Дели плюс																				
Итого:			285	35,00	4,99	6,05	27,11	182,87	66,00	0,04	0,12	0,20	0,32			79,56	12,13	93,06	4,70	2,26
Итого:			1 335	137,00	36,60	36,77	159,71	1 116,16	157,80	0,43	0,78	58,02	5,65	0,11	0,77	606,93	144,72	653,60	10,12	13,31

Пятница

Завтрак 1 (до 3 лет)

1/2011	14431	Батон с маслом	15/5	7,00	1,17	4,06	7,78	72,30	20,00	0,02	0,01		0,05			4,05	1,95	11,25	0,19	
Дели принт	185/14	19172	Каша молочная ячневая жидкая с сахаром и маслом	150/5/2	10,50	3,66	3,49	18,37	119,51	8,00	0,06	0,11	0,44	0,25	2,14	4,06	102,29	17,90	118,70	0,37
ТТК	395/2014	16792	Кофейный напиток с молоком	150	9,50	2,30	2,40	12,23	79,74	15,00	0,03	0,11	0,98			90,21	10,50	67,50	0,10	
Дели плюс																				
Итого:			327	27,00	7,12	9,95	38,37	271,55	43,00	0,10	0,23	1,42	0,30	2,14	4,06	196,55	30,35	197,45	0,66	3,20

Завтрак 2 (до 3 лет)

Таб.№24/9	16536	Десерт фруктовый (яблоко)	60	8,50	0,24	0,24	5,88	26,64		0,02	0,01	6,00	0,12			9,60	5,40	6,60	1,32	
Итого:			60	8,50	0,24	0,24	5,88	26,64		0,02	0,01	6,00	0,12			9,60	5,40	6,60	1,32	0,49

Обед (до 3 лет)

134/2004	18422	Суп крестьянский с крупой на кур.	150	12,00	4,48	5,82	8,43	104,03	6,60	0,05	0,05	12,92	1,47			33,19	16,54	71,35	0,79	
ТТК	16312	Сосиска отварная	50	24,00	5,61	12,19	0,20	132,96		0,10	0,08		5,61			17,85	10,20	81,09	0,92	
472/96	14478	Картофельное пюре	100	15,00	2,20	3,39	14,72	98,15	17,16	0,11	0,09	17,31	0,12			32,03	22,10	65,61	0,82	
393/2011	14421	Чай лимонный	150	2,00	0,04	0,00	7,11	28,60		0,00	0,00	1,60	0,01			1,81	0,48	0,09	0,05	
Дели принт	14492	Хлеб пшеничный	15	1,50	1,29	0,20	6,78	34,04		0,03	0,01		0,35			4,20	8,10	20,40	0,54	
ТТК	15943	Хлеб ржаной	20	2,00	1,36	0,26	7,96	39,62		0,04	0,02		0,28			9,40	9,80	31,40	0,78	
Итого:			485	56,50	14,97	21,85	45,21	437,40	23,76	0,33	0,25	31,83	7,84			98,48	67,22	269,94	3,89	3,77

Полдник (до 3 лет)

400/2014	14728	Молоко кипяченое	100	9,50	3,05	3,37	4,95	62,34	21,06	0,04	0,16	1,37				126,36	14,74	94,77	0,11	
Дели плюс	14481	Вафли в асс 1шт.	шт	4,50	1,03	5,22	11,16	95,72	1,08	0,01	0,00		0,85			1,44	1,08	7,56	0,11	
ТТК																				
Итого:			100	14,00	4,08	8,59	16,11	158,06	22,14	0,05	0,16	1,37	0,85			127,80	15,82	102,33	0,21	1,34

Ужин (до 3 лет)

298/14	16412	Голубцы ленивые из говядины с рисом (мясо птицы, говядины)	60	20,50	4,11	5,68	4,34	84,89	5,00	0,02	0,03	16,70	0,96			20,37	8,20	22,44	0,79	
Дели плюс	205/2014	14545	Макаронь отварные с маслом	100/5	8,50	3,89	4,08	24,74	151,24	20,00	0,06	0,02	0,58			11,90	5,84	32,78	0,60	
Дели плюс	392/2014	14383	Чай с сахаром	150	1,00			6,99	27,94							0,21			0,02	
Дели плюс	14492	Хлеб пшеничный	15	1,50	1,29	0,20	6,78	34,04		0,03	0,01		0,35			4,20	8,10	20,40	0,54	
Итого:			330	31,50	9,29	9,95	42,84	298,11	25,00	0,11	0,06	16,70	1,88			36,68	22,14	75,62	1,95	3,57
Итого:			1 302	137,50	35,69	50,59	148,42	1 191,76	113,90	0,62	0,71	57,31	10,98	2,14	4,06	469,11	140,93	651,93	8,03	12,37