

Цикличноменю для детей, нуждающихся в лечебном и диетическом питании, 1 неделя

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)
Вторник 1 неделя																		
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																		
3/11 Дели принт	Батон (Хлебцы) с маслом	30/5	2,29	4,50	15,49	111,56	20,00	0,03	0,02		0,05			6,90	3,90	21,00	0,37	
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	
279/2013 КШП	Каша пшеничная / гречневая на воде	200	5,30	6,57	25,65	182,89	34,40	0,07	0,18	1,40	0,54			139,44	19,64	118,80	0,47	
ТТК	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	
394/2014 Дели плюс	Чай с сахаром	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:		495	16,00	19,60	56,83	467,71	210,03	0,16	0,52	11,10	11,03	12,11	4,73	159,80	69,07	273,36	3,15	4,74
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																		
398/2014 Дели плюс	Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	18,67	79,41		0,01	0,05	180,00	0,68			11,10	3,06	3,06	0,57	
Итого:		180	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)																		
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	
	Щи из свежей капусты без сметаны	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	
264/2014 Дели плюс	Фрикадельки рыбные / Фрикадельки мясные	75	13,24	6,50	5,15	132,11	28,56	0,10	0,13	0,11	1,54			65,82	7,29	45,26	2,47	
472/96	Картофельное пюре без молока	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	
703/96	Кисель из сухофруктов	180	0,20	0,08	14,32	58,81		0,01	0,01	39,84	0,14			9,14	6,18	9,81	0,29	
	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	
ТТК	Хлеб пшеничный (Хлебцы)	25	2,15	0,33	11,30	56,73		0,06	0,02		0,58			7,00	13,50	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	357,02	8,24	6,80
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																		
25/04	Салат Степной	60	0,95	2,36	5,06	45,32		0,04	0,03	5,76	1,11			14,17	12,50	29,11	0,43	
282/2011 Дели принт	Биточки рубленные мясные	70	3,10	5,79	11,00	173,60	3,26	0,05	0,04	0,21	2,39			27,64	14,83	46,02	0,95	
315/2014 Дели плюс	Рис отварной	130	3,25	6,31	34,34	207,14		0,04	0,02		2,78			8,50	23,49	70,71	0,50	
392/2014 Дели плюс	Чай с сахаром	180			9,98	39,92								0,30			0,03	
687/96	Ватрушка с творогом / Ватрушка с повидлом	40	3,07	1,24	24,94	123,20	0,01	0,05	0,03	1,98	3,07	3,07	155,61	10,27	6,46	29,56	0,82	
	Хлеб пшеничный (Хлебцы)	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	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	70,42	68,62	205,94	3,47	7,94
Итого:		1855	61,56	71,20	253,69	1 966,90	290,63	0,95	1,32	113,42	38,77	15,78	161,58	667,54	283,69	1 010,22	15,05	21,14



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

