

Циклическое меню 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)
Среда 1 неделя																		
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																		
3/2011 Дели принт	Батон (Хлебцы) с маслом	30/5	3,47	6,00	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 кукурузная на воде	200	6,26	4,45	38,25	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 без молока	180	2,79	2,89	16,79	104,29	18,00	0,04	0,14	1,17				108,30	12,60	81,00	0,12	
Итого:		415	12,52	13,34	70,53	452,23	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)																		
699/2004	Компот из сухофруктов	180	0,13	0,01	6,42	26,33		0,01	0,00	5,76	0,03			5,94	1,73	0,32	0,10	
Итого:		180	5,38	4,64	7,60	93,63		0,06	0,24					218,77	29,66	177,98	0,19	0,63
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																		
22/2014	Винегрет овощной	60	0,88	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 Дели плюс	Гречка по - Купечески	130/40	20,21	13,70	34,41	342,00	29,85	0,14	0,15		0,02			54,15	26,20	189,60	1,78	
372/2014 Дели 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 (Хлебцы)	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	26,31	33,08	80,98	726,91	23,40	0,40	0,21	14,35	6,15			76,65	130,71	293,91	7,09	6,75
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																		
41/2011 Дели 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	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 Дели принт	Жаркое по домашнему	30/100	21,39	13,07	44,72	382,08	39,10	0,05	0,07	0,11	0,43	0,44	0,83	39,65	12,30	56,66	1,99	
392/2014 Дели плюс	Чай без сахара	180																
469/2014 Дели плюс	Булочка Домашняя	50	4,23	7,00	31,44	205,65	5,20	0,07	0,04	0,18	3,18			24,92	7,69	44,88	0,70	
Итого:		540	24,77	17,20	84,09	590,24	44,30	0,16	0,16	10,69	4,02	0,44	0,83	74,53	65,86	133,83	3,32	7,01
Итого:		1872	68,98	68,25	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"
 Галиева Э.А.

Галиева Э.А.

