

## Циклическое меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Сад 3 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)
<b>Понедельник 3 неделя</b>																		
<b>Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
3/2011 Дели плюс 185/14	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	46,50	0,42	
	Каша молочная манная жидкая с сахаром и маслом	200	6,25	4,40	31,83	191,90	8,00	0,06	0,15	0,63	0,48	3,06	5,81	134,61	20,39	122,05	0,44	
395/2014 Дели плюс	Кофейный напиток с молоком	180	2,79	2,89	16,79	104,29	18,00	0,04	0,14	1,17				108,30	12,60	81,00	0,12	
<b>Итого:</b>		<b>427</b>	<b>12,51</b>	<b>13,28</b>	<b>64,10</b>	<b>426,03</b>	<b>59,26</b>	<b>0,14</b>	<b>0,32</b>	<b>1,84</b>	<b>0,53</b>	<b>3,06</b>	<b>5,81</b>	<b>294,69</b>	<b>38,68</b>	<b>249,55</b>	<b>0,98</b>	<b>5,34</b>
<b>Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)</b>																		
401/2014 Дели 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	
<b>Итого:</b>		<b>150</b>	<b>5,37</b>	<b>4,63</b>	<b>7,77</b>	<b>94,17</b>	<b>37,00</b>	<b>0,04</b>	<b>0,24</b>	<b>0,56</b>				<b>229,40</b>	<b>25,90</b>	<b>170,20</b>	<b>0,19</b>	<b>0,65</b>
<b>Обед 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
33/2011 Дели принт 76/2011	Салат из свеклы	60	0,90	3,66	5,28	57,63		0,01	0,02	6,00	1,66			22,20	13,20	25,87	0,84	
	Рассольник "Ленинградский" на кур бульоне	200	5,38	7,33	13,77	142,60	7,50	0,10	0,08	14,06	1,94			28,46	25,76	91,52	1,13	
ТТК	Фрикадельки куриные	70	12,73	10,81	8,00	180,15				0,68							0,05	
137/2014 Дели плюс	Рагу из овощей	150/5	2,92	11,67	16,70	183,53	31,25	0,11	0,09	26,98	3,02			48,24	31,27	78,76	1,12	
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	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	
<b>Итого:</b>		<b>720</b>	<b>27,26</b>	<b>33,53</b>	<b>83,91</b>	<b>746,48</b>	<b>37,25</b>	<b>0,37</b>	<b>0,25</b>	<b>48,19</b>	<b>7,58</b>			<b>129,87</b>	<b>107,73</b>	<b>302,87</b>	<b>6,71</b>	<b>6,99</b>
<b>Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)</b>																		
Таб.№24/96	Сезонные фрукты	70	2,34	0,78	32,76	147,42		0,06	0,08	15,60	0,62			12,48	65,52	43,68	0,94	
ТАБ 24/96	Икра кабачковая (консерв)	40	1,05	4,73	4,52	64,85												
800/97	Макаронны с овощами	150/5	6,99	7,80	41,77	265,24	0,02	0,00	0,01		0,02			1,20		1,50	0,01	
392/2014	Чай с сахаром	180			9,98	39,92								0,30			0,03	
ТТК	Сушки	10	1,35	1,49	20,20	99,61												
	Хлеб пшеничный	25	2,58	0,39	13,56	68,07		0,07	0,02		0,69			8,40	16,20	40,80	1,08	
<b>Итого:</b>		<b>570</b>	<b>13,10</b>	<b>14,87</b>	<b>109,61</b>	<b>624,63</b>	<b>0,02</b>	<b>0,10</b>	<b>0,08</b>	<b>10,40</b>	<b>1,01</b>			<b>16,82</b>	<b>57,18</b>	<b>64,62</b>	<b>1,56</b>	<b>9,13</b>
<b>Итого:</b>		<b>1867</b>	<b>58,24</b>	<b>66,30</b>	<b>265,40</b>	<b>1 891,30</b>	<b>133,53</b>	<b>0,64</b>	<b>0,89</b>	<b>60,99</b>	<b>9,12</b>	<b>3,06</b>	<b>5,81</b>	<b>670,78</b>	<b>229,49</b>	<b>787,24</b>	<b>9,44</b>	<b>22,12</b>



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

