

Цикличноменю для детей, нуждающихся в лечебном и диетическом питании, 3 неделя

Сборник рецептов	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)
Среда 3 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	
таб 4/96	Каша ячневая на воде	200	4,87	4,17	22,82	148,29	8,00	0,07	0,15	0,59	0,32	2,85	5,41	135,81	23,84	157,99	0,49	
397/2014 Дели плюс	Какао без молока / Чай с сахаром	180	3,68	3,82	15,35	110,50	22,44	0,05	0,17	1,43	0,01			134,86	23,90	112,10	0,58	
Итого:		422	12,02	13,99	53,66	388,61	63,70	0,16	0,35	2,06	0,38	2,85	5,41	322,45	53,43	316,59	1,49	4,47
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																		
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	
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	Салат из картофеля с солеными огурцами	50	0,74	2,62	4,64	45,06		0,04	0,03	5,89	1,20			9,91	11,64	23,74	0,39	
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	
ТТК	Шницель рубленый из птицы	75	7,37	8,77	23,99	204,34	3,90	0,06	0,05	0,25	2,56			41,22	16,61	52,73	1,08	
336/2014 Дели плюс	Капуста свежая тушеная	130	3,10	4,74	12,96	106,85		0,05	0,07	71,22	2,22			82,77	27,34	55,47	1,07	
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	
	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:		710	21,34	23,51	108,17	729,58	9,10	0,35	0,24	122,69	9,52			185,89	108,02	294,28	6,29	9,01
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	
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	
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			9,98	39,92								0,30			0,03	
ТТК	Печенье 1шт.	1шт	1,50	1,96	14,88	83,16												
Итого:		450	28,14	15,09	87,94	600,10	70,00	0,09	0,16	16,12	1,00			45,77	59,83	88,89	6,66	7,33
Итого:		1 847	66,87	57,22	257,37	1 811,91	142,80	0,66	0,99	140,87	10,90	2,85	5,41	772,89	250,94	877,73	14,62	21,45



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

