

**Циклическое меню для детей, нуждающихся в лечебном и диетическом питании, 3 недели**

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)
<b>Четверга 3 неделя</b>																		
<b>Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
3/2011 Дели принт	Батон (Хлебцы) с маслом и повидлом	30/5/10	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	
93/2014	Каша кукурузная на воде	200	5,84	6,14	19,48	156,52	36,00	0,08	0,22	1,82	0,26			171,57	22,16	140,52	0,40	
397/2014 Дели плюс	Какао с сахаром/ 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	
<b>Итого:</b>		<b>440</b>	<b>15,54</b>	<b>18,26</b>	<b>50,47</b>	<b>428,35</b>	<b>141,70</b>	<b>0,18</b>	<b>0,51</b>	<b>3,29</b>	<b>0,44</b>			<b>371,21</b>	<b>54,15</b>	<b>337,52</b>	<b>6,41</b>	<b>4,21</b>
<b>Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)</b>																		
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	
<b>Итого:</b>		<b>180</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>																		
14/2011 Дели принт	Салат солёных огурцов с луком	60	0,57	3,09	2,39	39,69		0,03	0,02	10,39	1,61			9,11	9,05	16,67	0,43	
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, на кур.бульоне	200/10	5,55	8,88	7,97	134,02	18,00	0,08	0,08	25,71	1,94			56,58	23,55	80,22	1,05	
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	
317.529/1997	Гороховое пюре	130	14,68	4,32	30,69	220,37	18,20	0,57	0,12		0,36			62,56	56,33	146,27	4,50	
382/2014 Дели плюс	Сок	180	0,28	0,05	34,05	137,80		0,01	0,01	1,08	0,05			8,03	2,16	10,71	0,82	
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>715</b>	<b>29,74</b>	<b>23,11</b>	<b>117,29</b>	<b>861,26</b>	<b>39,46</b>	<b>0,88</b>	<b>0,33</b>	<b>37,39</b>	<b>7,63</b>			<b>194,41</b>	<b>143,92</b>	<b>412,39</b>	<b>10,60</b>	<b>9,77</b>
Таб.№24/96	Сезонные фрукты	70	1,56	0,52	21,84	98,28		0,04	0,05	10,40	0,42			8,32	43,68	29,12	0,62	
13/14	Салат из свеклы	60	0,41	3,65	1,10	38,93		0,02	0,01	4,07	1,66			9,88	8,13	17,50	0,29	
ТТК	Рыба в под овощами / Котлета мясная	70	9,65	8,93	5,68	141,65										0,14		
476/2013 Самара	Картофель запеченный с растительным маслом	130	2,93	5,08	23,88	152,97		0,18	0,10	29,30	2,14			17,59	33,87	85,66	1,34	
ТТК	Чай с шиповником	180	0,20	0,08	11,22	46,43		0,00	0,02	58,80	0,22			3,78	1,00	1,00	0,20	
ТТК	Печенье 1шт	1шт		0,01	8,00	32,09												
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	
<b>Итого:</b>		<b>565</b>	<b>16,70</b>	<b>18,52</b>	<b>81,78</b>	<b>560,57</b>		<b>0,29</b>	<b>0,19</b>	<b>43,77</b>	<b>4,79</b>			<b>43,09</b>	<b>99,19</b>	<b>166,42</b>	<b>3,19</b>	<b>6,82</b>
<b>Итого:</b>		<b>1900</b>	<b>57,74</b>	<b>64,05</b>	<b>259,76</b>	<b>1 857,30</b>	<b>158,70</b>	<b>0,83</b>	<b>0,95</b>	<b>68,61</b>	<b>13,23</b>			<b>535,48</b>	<b>276,40</b>	<b>835,24</b>	<b>17,66</b>	<b>21,65</b>



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

