

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

Сборник рецептов	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					ХЕ	
			Белки	Жиры	Угле-ды	Ккал	А (мг)	В1 (мг)	В2 (мг)	С (мг)	Е (мг)	Зп (мкг)	І (мкг)	Са (мг)	Mg (мг)	Р (мг)		Fe (мг)
Пятница 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	
185/14	Каша геркулесовая на воде	200/5/2	7,54	5,29	36,45	223,58	8,00	0,19	0,15	0,60	0,14	2,92	5,54	134,23	47,42	184,90	1,21	
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:		427	12,61	12,66	62,96	416,26	41,26	0,23	0,25	0,97	0,19	4,52	8,57	252,26	60,81	280,90	1,72	5,25
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																		
	Сок	180	0,90	0,18	18,18	77,94		0,02	0,02	3,60	0,18			12,60	7,20	12,60	2,52	
Итого:		180	5,37	4,63	7,40	92,69	37,00	0,07	0,31	1,30				2,22	25,90	166,50	0,19	0,62
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																		
№45/2014 Дели плюс	Салат "Здоровье"	60	0,86	3,71	5,25	57,87		0,03	0,03	6,46	1,70			15,24	13,16	28,35	0,54	
132/96	Суп из овощей на курином бульоне	200	5,15	6,44	9,32	115,82	7,50	0,09	0,08	18,27	1,54			33,00	22,87	77,00	1,00	
401/96	Гуляш из отварного мяса	40/40	12,19	14,15	2,62	186,58		0,01	0,01	0,80	1,82			10,74	1,90	8,03	0,20	
314/2014 Дели плюс	Каша перловая вязкая	130	2,64	3,61	18,79	118,17	18,20	0,03	0,02		0,35			12,88	11,27	92,02	0,52	
ТТК	Компот из сухофруктов	180	1,44	0,54	23,27	103,69		0,11	0,07	18,00	1,08			36,18	16,20	36,00	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	
Итого:		725	27,83	29,42	90,45	737,92	25,70	0,43	0,26	43,53	7,76			138,54	103,39	353,89	6,03	7,54
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	
336/2014 Дели плюс	Капуста тушеная с мясом	130	13,21	11,16	26,59	259,64		0,18	0,11	29,71	2,65			18,65	36,64	94,66	1,56	
392/2014 Дели плюс	Чай без сахара	180																
467/2014 Дели плюс	Булочка Домашняя	50	4,49	5,56	30,16	188,64	10,40	0,07	0,05	0,20	2,44			28,08	8,08	49,51	1,20	
Итого:		540	25,03	15,76	82,81	573,22	49,50	0,16	0,18	10,70	3,28	0,44	0,83	77,69	66,25	138,46	3,82	6,90
Итого:		1802	72,15	58,44	253,54	1 828,74	134,76	1,16	1,10	74,32	12,94	4,95	9,39	468,76	289,50	955,26	13,45	21,13



"Утверждаю"
Директор ООО "Ак Барс"

Галиева Э.А.

Галиева Э.А.

