

Цикличноменю для детей, нуждающихся в лечебном и диетическом питании, 4 неделя

Сборник рецептов	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					ХЕ		
			Белки	Жиры	Углево-ды	Ккал	А (мг)	В1 (мг)	В2 (мг)	С (мг)	Е (мг)	Zn (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)	
Понедельник 4 неделя																			
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																			
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		
185/14	Каша кукурузная на воде	200/5/2	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		
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:		432	11,33	11,82	64,76	410,78	41,26	0,12	0,26	0,97	0,07	4,52	8,57	249,46	27,61	187,70	1,72	5,40	
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																			
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		
Итого:		180	5,37	4,63	7,77	94,17	37,00	0,04	0,24	0,56				229,40	25,90	170,20	0,19	0,65	
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																			
25/2004	Салат Степной	60	0,81	1,97	4,25	37,98		0,03	0,02	4,90	0,93			12,82	10,73	24,85	0,38		
	Щи из свежей капусты без сметаны	200	5,29	7,38	7,61	118,04	8,00	0,07	0,07	25,67	1,91			47,78	22,65	74,12	1,03		
ТТК	Котлета рубленая	70	10,70	16,67	10,96	236,67											0,08		
460/2013 Самар.обл.	Рис отварной с овощами	150	3,72	5,51	37,12	212,90		0,06	0,04	2,10	2,52			16,48	33,48	89,25	0,73		
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	26,23	32,67	102,32	808,23	8,00	0,32	0,20	36,75	6,71			114,32	108,53	305,29	5,91	8,53	
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		
	Салат из свежей капусты	60	0,08	2,98	3,41	40,78		0,01	0,01	0,30	0,08	480,00		6,13	2,54	4,26	0,08		
ТТК	Шницель рубленый из мяса	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		
476/2013 Самара	Картофель отварной	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		
392/2014 Дели плюс	Чай с сахаром	180			9,98	39,92								0,30			0,03		
ТТК	Вафли порционные 1шт.	1шт	1,03	5,22	11,16	95,74													
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:		588	15,12	22,89	95,58	648,83	3,90	0,34	0,23	40,25	5,77			480,00	80,26	110,20	205,77	4,03	7,97
Итого:		1 920	58,04	72,01	270,43	1 962,01	90,16	0,82	0,94	78,53	12,55	4,52	488,57	673,45	272,24	868,95	11,83	22,54	



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

Галиева

