

Циклическое меню для детей, нуждающихся в лечебном и диетическом питании, 4 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)	
Пятница 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	
168/2011	Каша "Дружба" на воде	200/5/2	6,58	4,84	26,75	176,90	8,00	0,15	0,19	0,58	0,26	2,78	5,28	123,67	73,55	176,78	2,14	
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	11,65	12,21	53,26	369,57	41,26	0,19	0,29	0,94	0,31	4,38	8,31	241,70	86,94	272,78	2,64	4,44
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)																		
49/2013	Салат из квашеной капусты с луком	60	0,27	6,03	0,73	58,25		0,01	0,01	2,14	2,69			8,88	4,50	10,05	0,18	
86/2011	Суп Лапша домашняя на кур. бульоне	200	6,75	8,50	11,45	149,29	19,50	0,06	0,06	2,34	2,06			29,34	10,83	69,10	1,71	
276/2011	Жаркое по-домашнему	180	10,79	12,06	26,90	259,28		0,20	0,11	33,00	2,41			31,08	38,95	101,99	1,62	
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	
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:		695	23,58	27,65	93,42	716,79	19,50	0,42	0,25	80,68	8,66			108,22	98,99	300,77	6,71	7,78
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																		
Таб.№24/96	Сезонные фрукты	100	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	
ТТК	Гречка по - Купечески	130	20,21	13,70	34,41	342,00	105,60	0,06	0,17	0,20	0,51			87,78	12,99	118,04	7,51	
398/2014 Дели плюс	Напиток из плодов шиповника / Напиток	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	
ТТК	Сушки	10	1,35	1,49	20,20	99,61												
Итого:		500	27,42	8,04	94,37	559,48	17,10	0,10	0,18	190,60	1,34			93,79	58,82	106,36	3,14	7,86
Итого:		1802	68,01	52,52	248,45	1 738,53	114,86	0,78	1,03	273,52	10,31	4,38	8,31	445,93	270,64	846,40	12,68	20,70



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

