

Циклическое меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Сад 1 неделя

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)	Zn (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)
Понедельник 1 неделя																		
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																		
3/2011 Дели принт	Батон с маслом и сыром	30/5/5	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	
279/2013 КШП	Каша молочная манная жидкая с печеньем	200	5,30	6,57	25,65	182,89	34,40	0,07	0,18	1,40	0,54			139,44	19,64	118,80	0,47	
397/2014 Дели плюс	Какао с молоком	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:		420	12,45	16,38	56,49	423,21	90,10	0,15	0,37	2,87	0,59			326,08	49,23	277,40	1,47	4,71
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																		
401/2014 Дели плюс	Ряженка	150	5,37	4,63	7,77	94,17	37,00	0,04	0,24	0,56				229,40	25,90	170,20	0,19	
Итого:		150	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)																		
ТАБ 24/96	Икра кабачковая (консерв)	40	1,05	4,73	4,52	64,85												
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	
ТТК	Котлета куриная	70	11,80	12,03	10,80	198,64										0,06		
205/2014 Дели плюс	Макаронеры отварные	150/5	5,78	5,68	37,01	222,25		0,09	0,02		3,01			15,86	8,75	46,98	0,89	
ТТК	Компот из ягод	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:		720	30,76	30,39	116,12	861,03	7,50	0,44	0,23	36,27	6,90			115,54	85,82	272,53	5,65	9,68
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																		
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	
33/2011 Дели принт	Салат из свеклы	60	0,90	3,66	5,28	57,63		0,01	0,02	6,00	1,66			22,20	13,20	25,87	0,84	
295/14 Дели плюс	Суфле из печени говядины	80	8,35	11,73	8,44	172,70	25,10	0,04	0,07	5,07	0,69			36,75	11,07	53,80	2,75	
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	Печенье	1шт		0,01	8,00	32,09												
	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46			5,60	10,80	27,20	0,72	
Итого:		570	15,46	21,25	76,48	559,04	25,10	0,31	0,27	50,77	5,36			90,46	112,62	221,65	6,28	6,37
Итого:		1890	64,04	72,65	256,86	1 937,45	159,70	0,94	1,11	90,46	12,85			761,49	273,57	941,78	13,59	21,41



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

