

Циклическое меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Сад 1 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)
Среда 1 неделя																		
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																		
3/2011 Дели принт 185/14	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	
	Каша молочная кукурузная жидкая с сахаром и маслом	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	
395/2014	Кофейный напиток с молоком	180	2,79	2,89	16,79	104,29	18,00	0,04	0,14	1,17				108,30	12,60	81,00	0,12	
Итого:		427	12,52	13,34	70,53	452,23	59,26	0,14	0,33	1,81	0,07	2,92	5,54	291,51	32,51	219,20	1,76	5,88
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																		
ТТК	Бифидок	150	5,38	4,64	7,60	93,63		0,06	0,24					218,77	29,66	177,98	0,19	
Итого:		150	5,38	4,64	7,60	93,63		0,06	0,24					218,77	29,66	177,98	0,19	0,63
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																		
22/2014	Винегрет овощной	60	0,88	3,14	5,57	54,07		0,04	0,03	7,07	1,43			11,90	13,97	28,48	0,47	
147/2004	Суп с макаронными изделиями на кур. бульоне	200	4,37	6,32	12,25	123,37	5,20	0,05	0,03	2,13	2,06			13,07	7,73	42,72	0,55	
277/2014 Дели плюс 372/2014 Дели плюс ТТК	Гречка по - Купечески	130/40	20,21	13,70	34,41	342,00	29,85	0,14	0,15		0,02			54,15	26,20	189,60	1,78	
	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	
	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	26,31	33,08	80,98	726,91	23,40	0,40	0,21	14,35	6,15			76,65	130,71	293,91	7,09	6,75
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																		
41/2011 Дели принт Таб. №24/96	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	
	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	
235/2011 Дели принт	Пудинг из творога с яблоками и соусом	120/20	18,91	9,67	27,59	273,08	39,10	0,05	0,07	0,11	0,43	0,44	0,83	39,65	12,30	56,66	1,99	
392/2014 Дели плюс	Чай без сахара	180																
469/2014 Дели плюс	Булочка Домашняя	50	4,23	7,00	31,44	205,65	5,20	0,07	0,04	0,18	3,18			24,92	7,69	44,88	0,70	
Итого:		530	24,77	17,20	84,09	590,24	44,30	0,16	0,16	10,69	4,02	0,44	0,83	74,53	65,86	133,83	3,32	7,01
Итого:		1862	68,98	68,25	243,20	1 863,00	126,96	0,76	0,94	26,85	10,24	3,36	6,37	661,47	258,74	824,91	12,35	20,27



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

