

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

Сборник рецептур	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)
Четверг 1 неделя																		
Завтрак 1 (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	
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	
94/2014 Дели плюс	Суп молочный с пшеном	200	5,92	6,46	18,84	157,16	36,00	0,12	0,22	1,82	0,07			173,29	32,91	163,97	0,58	
394/2014 Дели плюс	Чай с молоком	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:		520	12,54	14,35	67,19	448,11	69,26	0,21	0,37	12,59	0,53	1,60	3,03	299,64	89,97	289,09	1,71	5,60
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)																		
54/2014 Дели плюс	Салат картофельный с соленым огурцом	60	1,00	3,07	6,11	56,05		0,04	0,05	3,40	1,54			19,64	19,85	32,78	0,57	
58/2011 Дели принт	Борщ с картофелем на кур. бульоне	200	4,94	7,04	12,67	133,76	7,00	0,09	0,08	13,21	1,91			35,62	26,07	79,40	1,34	
288/2014	Фрикадельки мясные	70	14,50	13,95	12,57	233,83		0,06	0,02	0,86	14,54	14,54	0,09	54,18	21,24	152,99	2,11	
336/2014 Дели плюс	Капуста свежая тушеная	130	3,10	4,74	12,96	106,85		0,05	0,07	71,22	2,22			82,77	27,34	55,47	1,07	
	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	
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	29,99	29,94	93,69	764,21	7,00	0,41	0,29	92,29	21,67	14,54	0,09	235,31	139,71	445,74	10,46	7,81
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																		
19/2011 Дели принт	Салат из свеклы	60	0,67	3,08	1,91	38,06		0,02	0,02	4,28	1,42			18,28	10,67	21,57	0,48	
256/2014 Дели плюс	Котлета рыбная Любительская	80	16,45	5,45	4,40	132,43	25,00	0,03	0,06	1,42	1,61			14,42	11,41	39,81	2,88	
318/2011 Дели принт	Картофельное пюре	130	2,60	4,34	21,19	134,20		0,16	0,09	26,00	1,83			14,59	30,00	75,80	1,18	
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	
ТТК	Сушки	10	1,35	1,49	20,20	99,61												
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	
Итого:		485	23,83	14,94	77,67	540,44	25,00	0,28	0,24	211,70	6,11			65,40	68,64	174,25	6,01	6,47
Итого:		1925	66,42	59,33	257,56	1 840,76	101,26	0,90	0,90	316,58	28,32	16,14	3,11	600,34	298,31	909,07	18,18	21,46



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

