

Общество с ограниченной ответственностью "Ак Барс"



УТВЕРЖДАЮ:

Утверждаю ООО "Ак Барс"

*Галиева* Э.А. Галиева



Циклическое четырёх недельное меню для организации питания детей в группах общеразвивающей направленности, в возрасте с 3 до 7 лет

## 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	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)
<b>Понедельник 1 ноября</b>																		
<b>Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
3/2011 Дети 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	182,60	34,40	0,07	0,16	1,40	0,54			139,44	19,64	116,80	0,47	
397/2014 Дети плюс	Какао с молоком	180	3,68	3,82	15,95	110,50	22,44	0,05	0,17	1,43	0,01			134,86	23,90	112,10	0,58	
<b>Итого:</b>		<b>420</b>	<b>12,45</b>	<b>16,39</b>	<b>56,49</b>	<b>423,21</b>	<b>90,10</b>	<b>0,16</b>	<b>0,37</b>	<b>2,87</b>	<b>0,59</b>			<b>326,08</b>	<b>49,23</b>	<b>277,40</b>	<b>1,47</b>	<b>4,71</b>
<b>Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)</b>																		
401/2014 Дети плюс	Ряженка	150	0,37	4,63	7,77	94,17	37,00	0,04	0,24	0,56				229,40	25,90	170,20	0,19	
<b>Итого:</b>		<b>150</b>	<b>0,37</b>	<b>4,63</b>	<b>7,77</b>	<b>94,17</b>	<b>37,00</b>	<b>0,04</b>	<b>0,24</b>	<b>0,56</b>				<b>229,40</b>	<b>25,90</b>	<b>170,20</b>	<b>0,19</b>	<b>0,65</b>
<b>Обед 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
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	16,27	1,54			33,00	22,87	77,00	1,00	
ПТК	Котлета куриная	70	11,80	12,03	10,80	198,84											0,05	
205/2014 Дети плюс	Макароны отварные	150/5	5,78	5,68	37,01	222,25		0,09	0,02		3,01			15,85	8,75	46,96	0,89	
ПТК	Компот из ягод	180	1,44	0,54	23,27	103,69		0,11	0,07	18,00	1,08			38,18	16,20	35,00	0,82	
ПТК	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	76,50	1,95	
<b>Итого:</b>		<b>720</b>	<b>30,76</b>	<b>30,39</b>	<b>116,12</b>	<b>661,03</b>	<b>7,50</b>	<b>0,44</b>	<b>0,23</b>	<b>36,27</b>	<b>6,86</b>			<b>115,54</b>	<b>85,82</b>	<b>272,53</b>	<b>5,65</b>	<b>6,68</b>
<b>Уютный полдник (с 3 до 7 лет)</b>																		
Таб. №24/96	Сезонные фрукты	70	1,56	0,52	21,84	96,28		0,04	0,05	16,40	0,42			8,32	43,69	29,12	0,62	
33/2011 Дети принт	Салат из свеклы	60	0,90	3,05	5,28	57,83		0,01	0,02	6,00	1,68			22,20	13,20	25,87	0,84	
205/14 Дети плюс	Суфле из печени говядины	80	6,35	11,73	9,44	172,70	25,10	0,04	0,07	5,07	0,68			35,75	11,07	53,80	2,75	
479/2013 Самара	Картофель отварной	130	2,93	5,08	23,88	152,97		0,18	0,10	28,30	2,14			17,59	33,87	65,66	1,34	
392/2014 Дети плюс	Чай с сахаром	180			9,98	39,82								0,30			0,03	
ПТК	Печенье	1шт		0,01	0,00	32,09												
	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,28	9,04	45,36		0,05	0,02		0,46			5,80	10,80	27,20	0,72	
<b>Итого:</b>		<b>570</b>	<b>15,46</b>	<b>21,25</b>	<b>78,48</b>	<b>559,04</b>	<b>25,10</b>	<b>0,31</b>	<b>0,27</b>	<b>50,77</b>	<b>5,36</b>			<b>90,46</b>	<b>112,62</b>	<b>221,69</b>	<b>6,28</b>	<b>6,37</b>
<b>Итого:</b>		<b>1890</b>	<b>64,04</b>	<b>72,65</b>	<b>256,86</b>	<b>1 937,45</b>	<b>159,70</b>	<b>0,94</b>	<b>1,11</b>	<b>90,46</b>	<b>12,85</b>			<b>761,49</b>	<b>273,57</b>	<b>941,78</b>	<b>13,59</b>	<b>21,41</b>



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



## 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 (мг)	І (мг)	Са (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)
<b>Вторник 1 ноября</b>																		
<b>Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
3/11 Дети прил	Батон с маслом	305	2,29	4,50	15,49	111,58	20,09	0,03	0,02		0,05			6,90	3,90	21,00	0,37	
1а5 №24/96	Сезонные фрукты	80	1,56	0,52	21,84	98,28		0,04	0,05	10,40	0,42			8,32	43,88	29,12	0,62	
215/2014	Омлет натуральный	100	10,51	13,21	1,92	168,61	190,03	0,07	0,38	0,37	10,51	10,51	1,70	76,91	13,08	172,83	1,94	
ТТК	Повидло порционное	10	0,04		6,57	26,42		0,00	0,00					1,41	0,71	0,91	0,13	
394/2014	Чай с молоком	180	1,60	1,38	11,92	62,60		0,01	0,07	0,33				1,80	3,03	66,25	7,70	
Дети плюс																	49,50	0,08
	<b>Итого:</b>	<b>425</b>	<b>15,00</b>	<b>19,60</b>	<b>56,83</b>	<b>487,71</b>	<b>210,03</b>	<b>0,16</b>	<b>0,52</b>	<b>11,10</b>	<b>11,03</b>	<b>12,11</b>	<b>4,73</b>	<b>159,80</b>	<b>69,07</b>	<b>273,38</b>	<b>3,15</b>	<b>4,74</b>
<b>Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)</b>																		
401/2014	Снежок	150	5,00	4,63	19,98	141,53	37,00	0,06	0,24	1,67				223,86	27,75	173,90	0,19	
Дети плюс																		
	<b>Итого:</b>	<b>150</b>	<b>5,00</b>	<b>4,63</b>	<b>19,98</b>	<b>141,53</b>	<b>37,00</b>	<b>0,06</b>	<b>0,24</b>	<b>1,67</b>				<b>223,86</b>	<b>27,75</b>	<b>173,90</b>	<b>0,19</b>	<b>1,67</b>
<b>Обед 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
ТТК	Салат "Здоровье"	60	1,05	11,06	4,17	120,41		0,03	0,03	4,58	5,02			17,06	15,38	29,84	0,54	
	Щи из свежей капусты на кур.бульоне	200	5,29	7,38	7,81	118,04	8,00	0,07	0,07	25,67	1,91			47,78	22,50	74,12	1,03	
264/2014	Фрикадельки рыбные запеченные в соусе	75	13,24	6,50	5,15	132,11	28,58	0,10	0,13	0,11	1,54			65,62	7,29	45,26	2,47	
472/96	Картофельное пюре	130	2,92	4,43	19,15	126,19	0,02	0,14	0,11	22,49	0,04	0,60	1,25	43,18	28,75	65,48	1,07	
703/96	Кисель из сухофруктов	180	0,20	0,08	14,32	58,81		0,01	0,01	39,64	0,14			9,14	6,18	9,81	0,29	
	Хлеб ржаной	50	3,49	0,65	19,90	99,05		0,09	0,04		0,70			23,50	24,90	78,50	1,88	
ТТК	Хлеб пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	56,73		0,08	0,02		0,58			7,00	13,90	34,00	0,90	
	<b>Итого:</b>	<b>725</b>	<b>28,26</b>	<b>30,44</b>	<b>81,59</b>	<b>713,34</b>	<b>36,58</b>	<b>0,50</b>	<b>0,42</b>	<b>92,69</b>	<b>9,91</b>	<b>0,60</b>	<b>1,25</b>	<b>213,48</b>	<b>118,26</b>	<b>387,02</b>	<b>8,24</b>	<b>6,80</b>
<b>Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)</b>																		
25/04	Салат Степной	60	0,95	2,98	5,06	45,32		0,04	0,03	5,76	1,11			14,17	12,50	29,11	0,43	
252/2011	Биточки рубленные мясные	70	3,10	5,79	11,00	173,60	3,20	0,05	0,04	0,21	2,30			27,64	14,63	48,02	0,85	
Дети прил																		
315/2014	Рис отварной	130	3,25	8,31	34,34	207,14		0,04	0,02		2,78			6,50	23,40	70,71	0,50	
354/2011	Соус сметанный	15	0,22	0,58	0,92	9,78	3,75	0,00	0,00	0,02	0,03			3,94	0,54	3,35	0,02	
После школы																		
302/2014	Чай с сахаром	180			9,98	39,92												
Дети прил																		
687/96	Ватрушка с творогом	40	3,07	1,24	24,94	123,20	0,01	0,06	0,03	1,95	3,07	3,07	155,61	10,27	8,46	29,56	0,82	
	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,98		0,06	0,02		0,46			5,60	10,80	27,20	0,72	
	<b>Итого:</b>	<b>515</b>	<b>12,31</b>	<b>16,53</b>	<b>95,28</b>	<b>644,32</b>	<b>7,02</b>	<b>0,23</b>	<b>0,14</b>	<b>7,97</b>	<b>9,84</b>	<b>3,07</b>	<b>155,61</b>	<b>78,42</b>	<b>68,62</b>	<b>205,94</b>	<b>3,47</b>	<b>7,94</b>
	<b>Итого:</b>	<b>1855</b>	<b>61,56</b>	<b>71,28</b>	<b>253,69</b>	<b>1 966,90</b>	<b>290,63</b>	<b>0,95</b>	<b>1,32</b>	<b>113,42</b>	<b>30,77</b>	<b>15,78</b>	<b>161,58</b>	<b>667,54</b>	<b>283,69</b>	<b>1 010,22</b>	<b>15,05</b>	<b>21,14</b>



"Утверждено"  
Директор ООО "Ак Барс"

Галина Э.А. *Галимова*



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

Сборник рецептов	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					XE	
			Белки	Жиры	Углевод-ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)
<b>Среда 1 неделя</b>																		
<b>Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
3/2011 Дети столов	Батон с маслом и сыром	30/5/5	3,47	8,00	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 молочная кукурузная жидкая с сахаром и маслом	200/3/2	8,26	4,43	38,23	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	104,28	18,00	0,04	0,14	1,17				108,30	12,80	81,00	0,12	
	<b>Итого:</b>	<b>427</b>	<b>12,52</b>	<b>13,34</b>	<b>70,53</b>	<b>462,23</b>	<b>69,26</b>	<b>0,14</b>	<b>0,33</b>	<b>1,81</b>	<b>0,07</b>	<b>2,92</b>	<b>5,54</b>	<b>291,51</b>	<b>32,51</b>	<b>219,20</b>	<b>1,76</b>	<b>5,88</b>
<b>Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)</b>																		
111	Бифидок	150	5,38	4,64	7,60	93,83		0,06	0,24					218,77	29,66	177,98	0,18	
	<b>Итого:</b>	<b>150</b>	<b>5,38</b>	<b>4,64</b>	<b>7,60</b>	<b>93,83</b>		<b>0,06</b>	<b>0,24</b>					<b>218,77</b>	<b>29,66</b>	<b>177,98</b>	<b>0,18</b>	<b>0,63</b>
<b>Обед 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
22/2014	Винегрет овощной	60	0,68	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 Дети столов	Гречка по - Купечески	130/40	20,21	13,70	34,41	342,00	29,86	0,14	0,15		0,02			54,15	26,20	189,80	1,78	
373/2014 Дети столов	Компот из яблок	180	0,16	0,16	11,18	46,88		0,01	0,01	4,08	0,08			6,74	3,67	4,49	0,92	
111	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	0,85	16,90	96,05		0,09	0,04		0,70			23,50	24,50	78,50	1,95	
	<b>Итого:</b>	<b>725</b>	<b>26,31</b>	<b>33,08</b>	<b>80,98</b>	<b>726,91</b>	<b>23,40</b>	<b>0,40</b>	<b>0,21</b>	<b>14,35</b>	<b>6,15</b>			<b>76,65</b>	<b>130,71</b>	<b>293,91</b>	<b>7,09</b>	<b>6,75</b>
<b>Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)</b>																		
41/2011 Дети столов	Салат из моркови с сахаром	60	0,07	0,01	3,22	13,23		0,00	0,00					1,85	2,19	3,17	0,01	
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	
235/2011 Дети принт	Пудинг из творога с яблоками и соусом	120/20	18,91	9,67	27,59	273,08	38,10	0,05	0,07	0,11	0,43	0,44	0,83	39,65	12,30	56,66	1,99	
392/2014 Дети плюс	Чай без сахара	180																
469/2014 Дети плюс	Булочка Домашняя	50	4,23	7,00	31,44	206,66	5,20	0,07	0,04	0,18	3,18			24,92	7,89	44,88	0,70	
	<b>Итого:</b>	<b>530</b>	<b>24,77</b>	<b>17,29</b>	<b>84,09</b>	<b>590,24</b>	<b>44,30</b>	<b>0,16</b>	<b>0,16</b>	<b>10,69</b>	<b>4,82</b>	<b>0,44</b>	<b>0,83</b>	<b>74,53</b>	<b>65,66</b>	<b>133,83</b>	<b>3,32</b>	<b>7,01</b>
	<b>Итого:</b>	<b>1862</b>	<b>68,98</b>	<b>88,25</b>	<b>243,20</b>	<b>1 863,00</b>	<b>126,96</b>	<b>0,76</b>	<b>0,94</b>	<b>26,85</b>	<b>10,24</b>	<b>3,36</b>	<b>6,37</b>	<b>661,47</b>	<b>258,74</b>	<b>824,91</b>	<b>12,35</b>	<b>20,27</b>



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



## 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	Кал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)
<b>Четверг 1 ноября</b>																		
<b>Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
Таб. №24/06	Сезонные фрукты	70	1,56	0,52	21,54	96,28		0,04	0,05	10,40	0,42			8,32	43,68	25,12	0,62	
3/2011 Дали прит	Батон с маслом и сыром	30/30	3,47	6,00	15,49	129,83	33,28	0,04	0,03	0,04	0,06			51,78	5,69	46,50	0,42	
04/2014 Дали плюс	Суп молочный с пшеном	200	5,92	6,45	18,84	157,16	36,00	0,12	0,22	1,82	0,07			173,29	32,91	163,97	0,58	
29/02/14 Дали плюс	Чай с молоком	180	1,80	1,35	11,02	62,85		0,01	0,07	0,33		1,60	3,03	68,25	7,70	49,50	0,08	
<b>Итого:</b>		<b>520</b>	<b>12,54</b>	<b>14,35</b>	<b>67,19</b>	<b>448,11</b>	<b>69,28</b>	<b>0,21</b>	<b>0,37</b>	<b>12,59</b>	<b>0,53</b>			<b>299,64</b>	<b>89,67</b>	<b>289,89</b>	<b>1,71</b>	<b>5,60</b>
<b>Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)</b>																		
40/2014 Дали плюс	Ряженка	150	5,37	4,63	7,77	94,17	37,00	0,04	0,24	0,58				229,40	25,90	170,20	0,19	
<b>Итого:</b>		<b>150</b>	<b>5,37</b>	<b>4,63</b>	<b>7,77</b>	<b>94,17</b>	<b>37,00</b>	<b>0,04</b>	<b>0,24</b>	<b>0,58</b>				<b>229,40</b>	<b>25,90</b>	<b>170,20</b>	<b>0,19</b>	<b>0,65</b>
<b>Обед 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
54/2014 Дали плюс	Салат картофельный с соевым огурцом	60	1,00	3,07	6,11	66,05		0,04	0,05	3,40	1,54			19,84	19,85	32,75	0,57	
58/2011 Дали прит	Борщ с картофелем на кур. бульоне	200	4,94	7,04	12,07	133,75	7,00	0,08	0,08	13,21	1,91			35,82	28,07	79,40	1,34	
288/2014	Фрикадельки мясные	70	14,50	13,95	12,57	333,93		0,06	0,02	0,86	14,54	14,54	0,09	54,18	21,24	152,99	2,11	
336/2014 Дали плюс	Капуста свежая тушеная	130	3,10	4,74	12,96	106,85		0,06	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	66,73		0,06	0,02		0,08			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	79,50	1,85	
<b>Итого:</b>		<b>725</b>	<b>29,99</b>	<b>28,94</b>	<b>93,89</b>	<b>764,21</b>	<b>7,00</b>	<b>0,41</b>	<b>0,29</b>	<b>92,29</b>	<b>21,67</b>	<b>14,54</b>	<b>0,09</b>	<b>235,31</b>	<b>139,71</b>	<b>445,74</b>	<b>10,46</b>	<b>7,61</b>
<b>Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)</b>																		
19/2011 Дали прит	Салат из свеклы	50	0,67	3,08	1,91	39,05		0,02	0,02	4,28	1,42			18,28	10,67	21,57	0,48	
256/2014 Дали плюс	Котлета рыбная Любительская	80	16,45	5,45	4,40	132,43	25,00	0,03	0,06	1,42	1,01			14,42	11,41	39,81	2,88	
318/2011 Дали прит	Картофельное пюре	130	2,60	4,34	21,19	134,20		0,18	0,09	26,00	1,83			14,59	30,00	75,80	1,18	
368/2014 Дали плюс	Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	18,87	79,41		0,01	0,05	180,00	0,65			11,10	3,06	3,06	0,57	
ТТК	Сушки	10	1,95	1,49	20,20	98,61												
ТТК	Хлеб пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	66,73		0,06	0,02		0,08			7,00	13,50	34,00	0,90	
<b>Итого:</b>		<b>485</b>	<b>23,83</b>	<b>14,94</b>	<b>77,87</b>	<b>548,44</b>	<b>25,00</b>	<b>0,25</b>	<b>0,24</b>	<b>211,70</b>	<b>6,11</b>			<b>65,48</b>	<b>68,64</b>	<b>174,25</b>	<b>6,01</b>	<b>6,47</b>
<b>Итого:</b>		<b>1925</b>	<b>66,42</b>	<b>59,33</b>	<b>257,56</b>	<b>1 840,76</b>	<b>101,26</b>	<b>0,99</b>	<b>0,90</b>	<b>316,58</b>	<b>28,32</b>	<b>16,14</b>	<b>3,11</b>	<b>600,34</b>	<b>298,31</b>	<b>909,07</b>	<b>18,18</b>	<b>21,46</b>



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



## 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	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)		
<b>Пятница 1 неделя</b>																				
<b>Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)</b>																				
3/2011 Дети плюс таб 4/66	Батон с маслом и сыром	30/5/5	3,47	8,00	15,45	120,83	33,26	0,04	0,03	0,04	0,05			51,78	5,65	46,50	0,42			
397/2014 Дети плюс	Каша молочная геркулесовая жидкая с сахаром и маслом	200/5/2	5,97	8,82	29,13	217,95	8,04	0,15	0,18	1,28	5,07	5,95	5,90	132,55	46,03	172,00	1,04			
	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			
	<b>Итого:</b>	<b>427</b>	<b>13,12</b>	<b>18,44</b>	<b>59,97</b>	<b>456,28</b>	<b>63,74</b>	<b>0,23</b>	<b>0,38</b>	<b>2,75</b>	<b>6,03</b>			<b>5,95</b>	<b>5,90</b>	<b>319,19</b>	<b>75,62</b>	<b>330,66</b>	<b>2,04</b>	<b>5,60</b>
<b>Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)</b>																				
401/2014 Дети плюс	Кефир	150	5,37	4,63	7,40	92,89	37,00	0,07	0,31	1,30				2,22	25,90	166,50	0,19			
	<b>Итого:</b>	<b>150</b>	<b>5,37</b>	<b>4,63</b>	<b>7,40</b>	<b>92,89</b>	<b>37,00</b>	<b>0,07</b>	<b>0,31</b>	<b>1,30</b>				<b>2,22</b>	<b>25,90</b>	<b>166,50</b>	<b>0,19</b>	<b>0,62</b>		
<b>Обед 1 (с 3 до 7 лет)</b>																				
№45/2014 Дети плюс	Салат из свежей капусты с луком / Салат из квашеной капусты	80	0,86	3,71	5,25	57,87		0,03	0,03	6,46	1,70			15,24	13,16	28,35	0,54			
134/2004	Суп крестьянский с крупой на кур. бульоне	200	5,97	7,76	11,25	138,71	8,80	0,07	0,07	17,23	1,97			44,26	22,06	95,13	1,05			
402/06	Азу с мясом	180	11,46	14,04	19,34	249,56		0,13	0,08	21,44	2,87	0,03	0,03	27,14	27,01	71,58	1,23			
899/2004	Компот из сухофруктов	180	0,13	0,01	6,42	25,33		0,01	0,00	5,76	0,03			5,94	1,73	0,32	0,10			
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			
	<b>Итого:</b>	<b>695</b>	<b>23,97</b>	<b>26,50</b>	<b>73,46</b>	<b>628,24</b>	<b>8,80</b>	<b>0,39</b>	<b>0,24</b>	<b>50,89</b>	<b>7,84</b>	<b>0,03</b>	<b>0,03</b>	<b>123,08</b>	<b>102,45</b>	<b>307,88</b>	<b>5,78</b>	<b>6,12</b>		
<b>Уютный полдник (с 3 до 7 лет)</b>																				
402/2014 Дети плюс	Салат из моркови с яблоками	80	0,16	3,12	3,00	40,71		0,01	0,01	2,93	1,39			5,58	3,91	5,12	0,84			
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			
ТТК	Запеканка творожная с молоком сгущ.	120/20	21,39	13,07	44,72	382,08	105,60	0,08	0,17	0,20	0,51			87,78	12,99	118,04	7,51			
392/2014 Дети плюс	Чай без сахара	180																		
ТТК	Печенье 1шт.	1шт	1,50	1,98	14,88	63,16														
	<b>Итого:</b>	<b>480</b>	<b>24,61</b>	<b>18,87</b>	<b>84,44</b>	<b>604,22</b>	<b>105,60</b>	<b>0,11</b>	<b>0,23</b>	<b>13,53</b>	<b>2,32</b>			<b>101,69</b>	<b>60,58</b>	<b>152,28</b>	<b>8,70</b>	<b>7,04</b>		
	<b>Итого:</b>	<b>1782</b>	<b>67,06</b>	<b>68,24</b>	<b>225,27</b>	<b>1 783,43</b>	<b>215,14</b>	<b>0,81</b>	<b>1,17</b>	<b>68,46</b>	<b>16,18</b>	<b>5,98</b>	<b>5,93</b>	<b>546,18</b>	<b>264,54</b>	<b>957,32</b>	<b>16,78</b>	<b>18,77</b>		



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



Циклическое меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Сад 2 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)
<b>Понедельник 2 недели</b>																		
<b>Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
3/2011 Дети плюс	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	5,88	46,50	0,42	
ТТК	Каша молочная "Дружба" жидкая с сахаром и маслом	200/2	4,80	3,31	35,45	190,79	15,40	0,10	0,13	1,00	4,00	2,82	240,00	100,01	29,38	122,70	0,66	
394/2014 Дети 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:		<b>422</b>	<b>9,87</b>	<b>10,68</b>	<b>61,96</b>	<b>383,47</b>	<b>48,66</b>	<b>0,15</b>	<b>0,23</b>	<b>1,37</b>	<b>4,85</b>	<b>4,41</b>	<b>243,03</b>	<b>218,04</b>	<b>42,75</b>	<b>216,70</b>	<b>1,16</b>	<b>5,16</b>
<b>Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)</b>																		
401/2014 Дети 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:		<b>150</b>	<b>5,37</b>	<b>4,63</b>	<b>7,77</b>	<b>94,17</b>	<b>37,00</b>	<b>0,04</b>	<b>0,24</b>	<b>0,56</b>				<b>229,40</b>	<b>25,90</b>	<b>170,20</b>	<b>0,19</b>	<b>0,65</b>
<b>Обед 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
Таб. 24/96	Огурец солёный порционно	20	0,17	0,03	0,56	3,27		0,01	0,01	3,83	0,17	0,17	0,52	2,14	3,06	3,98	0,14	
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, на кур.бульоне	200/10	5,55	8,88	7,97	134,02	18,00	0,08	0,08	25,71	1,94			66,58	23,55	80,22	1,05	
ТТК	Шницель рубленный из птицы	75	7,37	8,77	23,99	204,34	3,90	0,06	0,05	0,25	2,58			41,22	16,61	52,73	1,08	
314/2014 Дети плюс	Каша гречневая вязкая	130	4,01	4,34	18,06	127,33	18,20	0,14	0,07		0,30			8,55	63,12	96,54	2,13	
ТТК	Напиток из шиповника	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	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	19,80	89,05		0,08	0,04		0,70			23,50	24,50	78,50	1,95	
Итого:		<b>690</b>	<b>23,55</b>	<b>26,77</b>	<b>109,60</b>	<b>773,53</b>	<b>40,10</b>	<b>0,46</b>	<b>0,30</b>	<b>75,62</b>	<b>7,98</b>			<b>160,51</b>	<b>161,14</b>	<b>376,47</b>	<b>8,80</b>	<b>8,13</b>
<b>Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)</b>																		
Таб. №24/96	Сезонные фрукты	80	1,56	0,52	21,84	98,28		0,04	0,06	10,40	0,42			8,32	43,68	29,12	0,62	
14/2011	Салат из свежей капусты и моркови	60	0,89	3,71	2,86	47,63		0,03	0,02	12,48	1,94			18,03	11,29	21,45	0,57	
282/2011	Котлета рубленная мясная	80	10,43	14,55	12,61	223,07	3,74	0,08	0,05	0,24	2,73			49,22	18,05	56,36	1,22	
318/2011	Картофель отварной	130	2,60	4,34	21,19	134,20		0,16	0,08	26,00	1,83			14,58	30,00	75,80	1,18	
392/2014 Дети плюс	Чай с сахаром	180			9,98	39,92								0,30			0,03	
ТТК	Вафли порционные 1шт.	1шт	1,03	5,22	11,18	95,74												
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:		<b>593</b>	<b>18,45</b>	<b>28,66</b>	<b>80,95</b>	<b>685,57</b>	<b>3,74</b>	<b>0,35</b>	<b>0,23</b>	<b>49,12</b>	<b>7,49</b>			<b>97,46</b>	<b>116,52</b>	<b>216,73</b>	<b>4,53</b>	<b>7,68</b>
Итого:		<b>1885</b>	<b>67,24</b>	<b>70,74</b>	<b>270,28</b>	<b>1 946,73</b>	<b>129,50</b>	<b>1,00</b>	<b>1,00</b>	<b>126,66</b>	<b>20,32</b>	<b>4,41</b>	<b>243,03</b>	<b>705,41</b>	<b>346,30</b>	<b>982,11</b>	<b>13,88</b>	<b>22,52</b>



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



Циклическое меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Сад 2 неделя

Сборник рецептов	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					ХЕ	
			Белки	Жиры	Углеод-ды	Ккал	А (мг)	В1 (мг)	В2 (мг)	С (мг)	Е (мг)	Zn (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)
<b>Вторник 2 неделя</b>																		
<b>Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
3/11 Дети	Батон с маслом	30/5	2,29	4,50	15,49	111,56	20,00	0,03	0,02		0,05			6,00	3,90	21,00	0,37	
Таб.№24/96	Сезонные фрукты	70	1,96	0,52	21,84	98,28		0,04	0,06	10,40	0,42			8,32	43,68	23,12	0,62	
215/2014	Омлет натуральный	100	10,51	13,21	1,92	168,61	190,03	0,07	0,30	0,37	10,51	10,51	1,70	70,81	13,06	172,83	1,94	
385/2014 Дети плюс	Кофейный напиток с молоком	180	2,79	2,89	16,79	104,29	18,00	0,04	0,14	1,17				108,30	12,80	81,00	0,12	
Итого:		415	17,15	21,11	56,04	482,74	238,03	0,18	0,58	11,84	19,88	10,51	1,70	200,43	73,26	303,95	3,05	4,67
<b>Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)</b>																		
40/2014 Дети плюс	Снежок	150	5,00	4,63	19,98	141,53	37,00	0,06	0,24	1,67				223,85	27,75	173,90	0,19	
Итого:		150	5,00	4,63	19,98	141,53	37,00	0,06	0,24	1,67				223,85	27,75	173,90	0,19	1,67
<b>Обед 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
13/14	Салат Бодряшка	60	0,41	3,65	1,16	38,93		0,02	0,01	4,07	1,06			9,88	6,13	17,50	0,29	
134/2004	Суп крестьянский с крупой на кур. бульоне	200	5,97	7,76	11,25	138,71	8,80	0,07	0,07	17,23	1,97			44,26	22,06	95,13	1,06	
269/2014 Дети плюс	Пудинг рыбный запеченный	75	14,46	5,14	4,86	123,34	12,51	0,03	0,04	0,10	1,64	0,34	0,53	16,72	6,30	29,41	1,56	
472/96	Картофельное пюре	130	2,92	4,43	19,15	120,19	0,02	0,14	0,11	22,49	0,04	0,00	1,25	43,18	28,75	85,48	1,07	
372/2014 Дети 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	
ГПК	Хлеб ржаной	50	3,40	0,65	18,90	93,05		0,05	0,04		0,70			23,50	24,50	78,50	1,95	
ГПК	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:		720	28,47	22,13	78,66	631,89	21,32	0,42	0,31	47,97	6,65	8,94	1,76	151,28	106,81	344,51	7,74	6,56
<b>Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)</b>																		
ТАБ 24/96	Икра кабачковая (консерв)	40	1,05	4,73	4,52	64,85												
298/14 Дети плюс	Голубцы пенные	60	1,98	3,44	5,86	82,28	6,20	0,02	0,03	23,16	1,25			27,96	11,21	30,08	1,01	
205/2014 Дети	Макаронь отварные	150/5	6,78	6,68	37,01	222,25		0,09	0,02		3,01			15,86	8,75	46,98	0,80	
ГПК	Чай с шиповником	180	0,20	0,08	11,22	48,43		0,00	0,02	58,80	0,22			3,78	1,00	1,00	0,20	
ГПК	Печенье 1шт.	3шт.	1,50	1,96	14,88	83,16												
ГПК	Хлеб пшеничный	30	2,58	0,39	13,56	68,07		0,07	0,02		0,89			8,40	16,20	40,80	1,06	
Итого:		485	13,98	16,28	67,06	547,04	6,20	0,19	0,10	81,95	5,17			55,99	37,16	118,06	3,18	7,25
Итого:		1770	64,78	64,14	241,75	1 803,10	292,55	0,84	1,23	143,52	22,80	11,45	3,48	631,55	245,08	941,22	14,16	20,15



"Утверждаю"

Директор ООО "Ак Барс"

Галиева Э.А.

*Галиева*





## Циклическое меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Сад 2 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)
<b>Среда 2 недели</b>																		
<b>Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
3/2011 Дети сред.	Батон с маслом и сыром	30%/5	3,47	6,00	15,49	129,83	33,28	0,04	0,03	0,04	0,05			51,78	5,89	48,50	0,42	
165/14	Каша молочная рисовая жидкая с сахаром и маслом	200	6,26	4,46	38,25	218,10	8,00	0,07	0,16	0,80	0,02	2,82	5,54	131,43	14,22	91,70	1,21	
394/2014 Дети плюс	Чай с молоком	180	1,60	1,38	11,02	62,65		0,01	0,07	0,33		1,60	3,03	66,25	7,70	49,50	0,08	
<b>Итого:</b>		<b>427</b>	<b>11,33</b>	<b>11,82</b>	<b>64,76</b>	<b>410,78</b>	<b>41,28</b>	<b>0,12</b>	<b>0,26</b>	<b>0,97</b>	<b>0,07</b>	<b>4,52</b>	<b>8,57</b>	<b>249,46</b>	<b>27,81</b>	<b>187,70</b>	<b>1,72</b>	<b>5,40</b>
<b>Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)</b>																		
ГТК	Бифидок	150	5,38	4,64	7,60	93,63		0,08	0,24					218,77	29,66	177,98	0,19	
<b>Итого:</b>		<b>150</b>	<b>5,38</b>	<b>4,64</b>	<b>7,60</b>	<b>93,63</b>		<b>0,08</b>	<b>0,24</b>					<b>218,77</b>	<b>29,66</b>	<b>177,98</b>	<b>0,19</b>	<b>0,63</b>
<b>Обед 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
33/2011 Дети плюс	Салат из свеклы с зеленым горошком	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	
86/2011	Суп Лапша домашняя на кур. бульоне	200	6,75	8,50	11,46	149,29	19,50	0,06	0,06	2,34	2,06			29,34	10,83	69,10	1,71	
388/2014	Фрикадельки мясные	70	14,50	13,96	12,57	233,83		0,08	0,02	0,86	14,54	14,54	0,09	54,18	21,24	152,99	2,11	
137/214 Дети плюс	Рагу из овощей	130/5	2,54	10,60	14,49	163,47	29,75	0,10	0,08	23,38	2,62			41,87	27,09	68,44	0,97	
689/2004	Напиток фруктовый	180	0,13	0,91	6,42	28,33		0,01	0,00	5,76	0,03			5,94	1,73	0,32	0,10	
	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	
ГТК	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	
<b>Итого:</b>		<b>720</b>	<b>39,36</b>	<b>37,69</b>	<b>81,61</b>	<b>786,33</b>	<b>49,25</b>	<b>0,38</b>	<b>0,24</b>	<b>38,34</b>	<b>22,19</b>	<b>14,54</b>	<b>0,09</b>	<b>184,12</b>	<b>112,16</b>	<b>429,22</b>	<b>8,59</b>	<b>6,78</b>
<b>Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)</b>																		
60/2014 Дети плюс	Салат из моркови	60	0,16	3,12	3,00	40,71		0,01	0,01	2,93	1,39			5,59	3,91	5,12	0,64	
Таб. №24/96	Сезонные фрукты	80	1,58	0,52	21,84	98,28		0,04	0,05	10,40	0,42			8,32	43,68	29,12	0,62	
ГТК	Сырники классические с молоком сгущ.	120/20	13,85	10,21	43,21	319,38		0,01	0,04	0,24				62,01	6,57	44,31	0,04	
382/2014 Дети плюс	Чай без сахара	180																
479/2011	Булочка с крошкой	60	4,05	3,58	24,27	145,46	4,06	0,07	0,05	0,27	1,58			32,19	8,40	49,27	0,44	
<b>Итого:</b>		<b>530</b>	<b>19,42</b>	<b>17,43</b>	<b>82,32</b>	<b>603,83</b>	<b>4,08</b>	<b>0,13</b>	<b>0,15</b>	<b>13,84</b>	<b>3,39</b>			<b>108,11</b>	<b>62,86</b>	<b>127,82</b>	<b>1,75</b>	<b>7,69</b>
<b>Итого:</b>		<b>1857</b>	<b>66,49</b>	<b>71,58</b>	<b>246,10</b>	<b>1 894,56</b>	<b>94,59</b>	<b>0,69</b>	<b>0,90</b>	<b>53,15</b>	<b>25,65</b>	<b>19,06</b>	<b>8,66</b>	<b>760,46</b>	<b>232,22</b>	<b>922,72</b>	<b>12,24</b>	<b>20,51</b>



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



**Циклическое меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Сад 2 неделя**

Сборник рецептур	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					ХЕ	
			Белки	Жиры	Углево-ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)
<b>Четверг 2 неделя</b>																		
<b>Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
3/2011 Дети плюс	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	5,89	46,50	0,42	
6/3/2014	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,84	6,14	19,48	156,52	38,00	0,08	0,22	1,82	0,26			171,57	22,16	140,52	0,40	
307/2014 Дети плюс	Какао с молоком	180	3,68	3,82	16,35	110,50	22,44	0,05	0,17	1,43	0,01			134,86	23,90	112,10	0,58	
<b>Итого:</b>		<b>420</b>	<b>15,54</b>	<b>16,26</b>	<b>50,47</b>	<b>428,35</b>	<b>141,70</b>	<b>0,18</b>	<b>0,51</b>	<b>3,29</b>	<b>0,44</b>			<b>371,21</b>	<b>54,15</b>	<b>337,52</b>	<b>6,41</b>	<b>4,21</b>
<b>Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)</b>																		
ГТК	Ряженка	150	5,37	4,63	7,77	84,17	37,00	0,04	0,24	0,56				229,40	25,90	170,20	0,18	
<b>Итого:</b>		<b>150</b>	<b>5,37</b>	<b>4,63</b>	<b>7,77</b>	<b>84,17</b>	<b>37,00</b>	<b>0,04</b>	<b>0,24</b>	<b>0,56</b>				<b>229,40</b>	<b>25,90</b>	<b>170,20</b>	<b>0,18</b>	<b>6,65</b>
<b>Обед 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
54/2014 Дети плюс	Салат Степной	60	1,00	3,07	6,11	58,05		0,04	0,05	3,40	1,54			19,64	19,85	32,78	0,57	
58/2011	Борщ с картофелем на кур. бульоне со сметаной	200/10	5,20	8,54	13,03	149,74	17,00	0,09	0,09	13,25	1,94			44,42	26,97	85,50	1,36	
403/96	Плов с курицей	180	12,80	14,41	39,99	340,87		0,06	0,04	1,31	3,05			14,02	31,05	87,91	0,77	
	Сок	180	0,80	0,18	18,18	77,94		0,02	0,02	3,60	0,18			12,00	7,20	12,60	2,52	
	Хлеб ржаной	50	3,40	0,65	19,90	99,05		0,00	0,04		0,70			23,90	24,50	78,50	1,85	
ГТК	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	
<b>Итого:</b>		<b>705</b>	<b>25,45</b>	<b>27,17</b>	<b>108,51</b>	<b>780,38</b>	<b>17,00</b>	<b>0,36</b>	<b>0,25</b>	<b>21,56</b>	<b>8,60</b>			<b>121,18</b>	<b>123,07</b>	<b>331,29</b>	<b>8,07</b>	<b>9,04</b>
<b>Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)</b>																		
Tab.M24/96	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	
13/14	Салат из свеклы	60	0,41	3,65	1,10	38,93		0,02	0,01	4,07	1,65			9,68	8,13	17,50	0,29	
ГТК	Котлета рыбная "Веста"	70	9,65	8,93	5,68	141,65											0,14	
476/2013 Салат	Картофельное пюре	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	
382/2014 Дети плюс	Чай с сахаром	180			9,95	39,82								0,30			0,03	
ГТК	Сушки	10		0,01	8,00	32,09												
ГТК	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	
<b>Итого:</b>		<b>575</b>	<b>16,70</b>	<b>18,52</b>	<b>61,78</b>	<b>590,57</b>		<b>0,29</b>	<b>0,19</b>	<b>43,77</b>	<b>4,79</b>			<b>43,99</b>	<b>99,19</b>	<b>166,42</b>	<b>3,19</b>	<b>6,82</b>
<b>Итого:</b>		<b>1 920</b>	<b>57,74</b>	<b>64,85</b>	<b>259,76</b>	<b>1 857,30</b>	<b>158,70</b>	<b>0,83</b>	<b>0,95</b>	<b>68,61</b>	<b>13,23</b>			<b>535,48</b>	<b>276,40</b>	<b>835,24</b>	<b>17,66</b>	<b>21,65</b>



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



**Циклическое меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Сад 2 неделя**

Сборник рецептов	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					ХЕ		
			Белки	Жиры	Угле-ды	Калл	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)	
<b>Пятница 2 неделя</b>																			
<b>Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)</b>																			
3/2011 Дети 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	46,60	0,42		
185/14	Каша молочная пшеничная жидкая с сахаром и маслом	200/5/2	7,54	5,29	36,45	223,58	6,00	0,19	0,15	0,60	0,14	2,92	5,54	134,23	47,42	184,90	1,21		
394/2014 Дети плюс	Чай с молоком	180	1,90	1,38	11,02	62,85		0,01	0,07	0,33		1,60	3,03	66,25	7,70	49,50	0,08		
<b>Итого:</b>			<b>427</b>	<b>12,61</b>	<b>12,66</b>	<b>62,96</b>	<b>416,26</b>	<b>41,26</b>	<b>0,23</b>	<b>0,25</b>	<b>0,97</b>	<b>0,19</b>	<b>4,52</b>	<b>8,57</b>	<b>252,26</b>	<b>60,81</b>	<b>280,96</b>	<b>1,72</b>	<b>5,25</b>
<b>Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)</b>																			
401/2014 Дети плюс	Кефир	150	5,37	4,63	7,40	92,69	37,00	0,07	0,31	1,39				2,22	25,90	166,90	0,19		
<b>Итого:</b>			<b>150</b>	<b>5,37</b>	<b>4,63</b>	<b>7,40</b>	<b>92,69</b>	<b>37,00</b>	<b>0,07</b>	<b>0,31</b>	<b>1,39</b>			<b>2,22</b>	<b>25,90</b>	<b>166,90</b>	<b>0,19</b>	<b>0,62</b>	
<b>Обед 1 (с 3 до 7 лет)</b>																			
190																			
ГТК	Салат "Здоровье"	90	0,87	9,00	3,46	98,77		0,03	0,02	3,80	4,11			14,18	12,77	24,78	0,45		
81/2011 Дети принт	Суп гороховый на курином бульоне	200	8,07	3,67	15,85	128,70	7,00	0,22	0,09	9,65	0,36			37,09	32,94	101,49	1,96		
291/2014	Запеканка картофельная с мясом	190	13,21	11,16	26,69	259,64		0,18	0,11	29,71	2,65			18,65	36,64	94,66	1,56		
ГТК	Компот из сухофруктов	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		
ГТК	Хлеб пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	56,73		0,06	0,02		0,58			7,00	13,60	34,00	0,80		
	Хлеб ржаной	50	3,40	0,65	19,90	99,05		0,08	0,04		0,70			23,50	24,50	78,50	1,85		
<b>Итого:</b>			<b>655</b>	<b>29,15</b>	<b>25,39</b>	<b>100,37</b>	<b>746,57</b>	<b>7,06</b>	<b>0,69</b>	<b>0,36</b>	<b>61,36</b>	<b>9,48</b>		<b>136,59</b>	<b>138,54</b>	<b>369,40</b>	<b>7,73</b>	<b>8,36</b>	
<b>Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)</b>																			
41/2011 Дети 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		
Таб. №24/96	Сезонные фрукты	60	1,96	0,52	21,84	98,28		0,04	0,05	10,40	0,42			8,32	43,68	25,12	0,62		
235/2011	Запеканка творожно-рисовая с повидлом	120/20	18,91	9,67	27,59	273,08	36,10	0,06	0,07	0,11	0,43	0,44	0,63	39,65	12,30	58,86	1,99		
392/2014	Чай без сахара	180																	
467/2014 Дети плюс	Булочка Дорожная	50	4,49	5,58	30,16	188,64	10,40	0,07	0,05	0,20	2,44			28,08	8,08	49,51	1,20		
<b>Итого:</b>			<b>530</b>	<b>25,03</b>	<b>15,76</b>	<b>82,81</b>	<b>573,22</b>	<b>49,50</b>	<b>0,16</b>	<b>0,18</b>	<b>10,70</b>	<b>3,28</b>	<b>0,44</b>	<b>0,83</b>	<b>77,69</b>	<b>66,25</b>	<b>138,46</b>	<b>3,82</b>	<b>6,90</b>
<b>Итого:</b>			<b>1792</b>	<b>72,15</b>	<b>58,44</b>	<b>253,54</b>	<b>1 828,74</b>	<b>134,76</b>	<b>1,16</b>	<b>1,10</b>	<b>74,32</b>	<b>12,94</b>	<b>4,95</b>	<b>9,39</b>	<b>468,76</b>	<b>289,50</b>	<b>955,26</b>	<b>13,45</b>	<b>21,13</b>



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



**Циклическое меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Сад 3 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)
<b>Понедельник 3 неделя</b>																		
<b>Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
3/2011 Дети плюс	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	5,89	46,50	0,42	
185/14	Каша молочная манная жидкая с сахаром и маслом	200	6,25	4,40	31,83	191,90	8,00	0,06	0,15	0,63	0,48	3,06	5,81	134,61	20,39	122,05	0,44	
395/2014 Дети плюс	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	
<b>Итого:</b>		<b>427</b>	<b>12,51</b>	<b>13,28</b>	<b>64,10</b>	<b>426,03</b>	<b>59,26</b>	<b>0,14</b>	<b>0,32</b>	<b>1,84</b>	<b>0,53</b>	<b>3,06</b>	<b>5,81</b>	<b>294,69</b>	<b>38,68</b>	<b>249,55</b>	<b>0,98</b>	<b>5,34</b>
<b>Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)</b>																		
401/2014 Дети плюс	Ряженка	160	5,37	4,63	7,77	94,17	37,00	0,04	0,24	0,56				229,40	25,90	170,20	0,19	
<b>Итого:</b>		<b>150</b>	<b>5,37</b>	<b>4,63</b>	<b>7,77</b>	<b>94,17</b>	<b>37,00</b>	<b>0,04</b>	<b>0,24</b>	<b>0,56</b>				<b>229,40</b>	<b>25,90</b>	<b>170,20</b>	<b>0,19</b>	<b>0,65</b>
<b>Обед 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
33/2011 Дети плюс	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	
78/2011	Рассольник "Ленинградский" на кур бульоне	200	5,38	7,33	13,77	142,60	7,50	0,10	0,08	14,06	1,94			28,46	25,76	91,52	1,13	
ГТК	Фрикадельки куриные	70	12,73	10,81	8,00	180,15				0,68						0,05		
137/2014 Дети плюс	Рагу из овощей	150/5	2,92	11,87	16,70	183,53	31,25	0,11	0,09	26,98	3,02			48,24	31,27	78,76	1,12	
375/2014 Дети 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	
ГТК	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	16,90	99,05		0,09	0,04		0,70			23,50	24,50	78,50	1,95	
<b>Итого:</b>		<b>720</b>	<b>27,26</b>	<b>33,53</b>	<b>83,91</b>	<b>746,48</b>	<b>37,25</b>	<b>0,37</b>	<b>0,25</b>	<b>48,19</b>	<b>7,58</b>			<b>129,87</b>	<b>107,73</b>	<b>302,87</b>	<b>6,71</b>	<b>6,99</b>
<b>Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)</b>																		
Таб. №24/06	Сезонные фрукты	100	2,34	0,78	32,76	147,42		0,06	0,08	15,60	0,62			12,48	65,52	43,68	0,94	
ТАБ 24/06	Икра кабачковая (консерв)	40	1,06	4,73	4,52	64,85												
800/07	Макаронны с овощами	150/5	6,99	7,90	41,77	265,24	0,02	0,00	0,01		0,02			1,20		1,50	0,01	
392/2014	Чай с сахаром	180			9,98	39,92								0,30			0,03	
ГТК	Сушки	10	1,30	1,49	20,20	89,81												
	Хлеб пшеничный	25	2,58	0,39	13,56	68,07		0,07	0,02		0,89			6,40	18,20	40,80	1,08	
<b>Итого:</b>		<b>570</b>	<b>13,10</b>	<b>14,87</b>	<b>109,81</b>	<b>624,63</b>	<b>0,02</b>	<b>0,10</b>	<b>0,08</b>	<b>10,40</b>	<b>1,01</b>			<b>16,82</b>	<b>57,18</b>	<b>64,62</b>	<b>1,56</b>	<b>9,13</b>
<b>Итого:</b>		<b>1867</b>	<b>68,24</b>	<b>66,30</b>	<b>265,40</b>	<b>1 891,30</b>	<b>133,53</b>	<b>0,64</b>	<b>0,89</b>	<b>60,99</b>	<b>9,12</b>	<b>3,06</b>	<b>5,81</b>	<b>670,78</b>	<b>229,49</b>	<b>787,24</b>	<b>9,44</b>	<b>22,12</b>



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



**Циклическое меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Сад 3 неделя**

Сборник рецептов	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					ХЕ	
			Белок	Жиры	Угле-ды	Калл	А (мг)	В1 (мг)	В2 (мг)	С (мг)	Е (мг)	Zn (мг)	I (мг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)
<b>Вторник 3 неделя</b>																		
<b>Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
3011 Дюкс	Батон с маслом	300г	2,29	4,50	15,49	111,56												
Таб. №24/05	Сезонные фрукты	80	1,56	0,62	21,84	98,28	20,00	0,03	0,02		0,05							
2152/2014	Омлет натуральный	100	10,51	13,21	1,60	100,61		0,04	0,05	10,40	0,42			6,90	3,90	21,00	0,37	
304/2014	Чай с молоком	180	1,60	1,38	11,02	62,63	190,03	0,07	0,38	0,37	10,51			8,32	43,68	29,12	0,62	
Дюкс плюс								0,01	0,07	0,39				76,01	13,08	172,83	1,94	
<b>Итого:</b>		<b>415</b>	<b>16,96</b>	<b>19,80</b>	<b>50,27</b>	<b>441,28</b>	<b>210,03</b>	<b>0,16</b>	<b>0,52</b>	<b>11,10</b>	<b>10,30</b>	<b>12,11</b>	<b>4,73</b>	<b>150,28</b>	<b>68,36</b>	<b>272,45</b>	<b>3,91</b>	<b>4,19</b>
<b>Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)</b>																		
401/2014	Снежок	150	5,00	4,63	19,95	141,63	37,00	0,06	0,24	1,67				223,05	27,75	173,90	0,19	
Дюкс плюс								0,06	0,24	1,67				223,85	27,75	173,90	0,19	1,67
<b>Итого:</b>		<b>150</b>	<b>5,00</b>	<b>4,63</b>	<b>19,95</b>	<b>141,63</b>	<b>37,00</b>	<b>0,06</b>	<b>0,24</b>	<b>1,67</b>				<b>223,85</b>	<b>27,75</b>	<b>173,90</b>	<b>0,19</b>	<b>1,67</b>
<b>Обед 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
13/14	Салат из квашеной капусты с луком	60	0,41	3,89	3,10	38,93								8,86	8,13	17,50	0,29	
60/2014	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне	200	5,28	7,11	12,53	135,15		0,02	0,01	4,07	1,95							
259/2014	Котлета рыбная Любительская	80	16,45	3,45	4,40	132,43	7,30	0,08	0,06	10,67	0,16			63,00	30,04	85,01	1,62	
Дюкс плюс																		
472/00	Картофельной пюре	130	2,92	4,43	19,16	128,19	26,00	0,03	0,06	1,42	1,81			14,42	11,41	39,81	2,88	
099/2004, ТК	Напиток из шиповника	160	0,18	0,04	7,63	31,44	0,02	0,14	0,11	22,49	0,04	0,60	1,25	43,18	28,75	85,48	1,07	
436/2000	Хлеб ржаной	50	3,40	0,65	19,90	99,06		0,01	0,01	11,88	0,04			6,91	2,97	4,55	0,08	
	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,09	0,04		0,70			23,50	24,50	78,60	1,85	
<b>Итого:</b>		<b>720</b>	<b>30,33</b>	<b>21,89</b>	<b>73,71</b>	<b>610,67</b>	<b>32,32</b>	<b>0,40</b>	<b>0,33</b>	<b>58,62</b>	<b>4,06</b>	<b>0,60</b>	<b>1,25</b>	<b>166,49</b>	<b>116,21</b>	<b>334,06</b>	<b>8,61</b>	<b>6,14</b>
<b>Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)</b>																		
25/04	Салат "Стелюной"	60	0,95	2,36	5,06	43,32								14,17	42,50	29,41	0,43	
ТТК	Плов из мяса кур	180	12,62	18,06	41,48	379,96		0,04	0,03	6,70	1,11							
362/2014	Чай с сахаром	180						0,05	0,06	1,78	2,51							
ТТК	Плюшка Московская	50	4,20	3,45	31,13	172,77	3,80	0,07	0,02		1,83			8,08	6,26	35,99	0,82	
	Хлеб пшеничный	30	2,58	0,39	13,56	68,07		0,07	0,02		0,60			8,40	18,20	40,80	1,08	
<b>Итого:</b>		<b>500</b>	<b>20,35</b>	<b>24,31</b>	<b>101,21</b>	<b>708,02</b>	<b>3,80</b>	<b>0,23</b>	<b>6,11</b>	<b>7,64</b>	<b>6,14</b>			<b>61,06</b>	<b>69,04</b>	<b>200,82</b>	<b>3,18</b>	<b>8,43</b>
<b>Итого:</b>		<b>1 815</b>	<b>71,84</b>	<b>79,13</b>	<b>245,17</b>	<b>1 898,41</b>	<b>282,85</b>	<b>0,85</b>	<b>1,20</b>	<b>78,83</b>	<b>21,78</b>	<b>12,71</b>	<b>5,97</b>	<b>589,72</b>	<b>281,36</b>	<b>965,23</b>	<b>14,99</b>	<b>20,43</b>



С.В. Курсыкова

«Утверждаю»  
 Директор ООО «Акс Барс»  
 Галкина Э.А. *Галкина*



## Циклическое меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Сад 3 неделя

Сборник рецептов	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					ХЕ	
			Белки	Жиры	Угле-ды	Кал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мг)	I (мг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)
<b>Среда 3 неделя</b>																		
<b>Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
3/2011 Дети принт таб 4/96	Батон с маслом и сыром	30/5/5	3,47	6,00	15,49	129,83	33,28	0,04	0,03	0,04	0,05			51,78	5,69	46,50	0,42	
397/2014 Дети плюс	Каша молочная ячневая жидкая с сахаром и маслом	200/5/2	4,67	4,17	22,82	148,28	8,00	0,07	0,15	0,59	0,32	2,85	5,41	135,91	23,84	157,99	0,49	
	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	
	<b>Итого:</b>	<b>427</b>	<b>12,02</b>	<b>13,99</b>	<b>53,66</b>	<b>388,61</b>	<b>63,70</b>	<b>0,16</b>	<b>0,35</b>	<b>2,06</b>	<b>0,38</b>	<b>2,85</b>	<b>5,41</b>	<b>322,45</b>	<b>53,43</b>	<b>316,59</b>	<b>1,49</b>	<b>4,47</b>
<b>Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)</b>																		
ГТК	Бифидок	150	5,38	4,64	7,60	93,63		0,06	0,24					219,77	29,66	177,98	0,19	
	<b>Итого:</b>	<b>150</b>	<b>5,38</b>	<b>4,64</b>	<b>7,60</b>	<b>93,63</b>		<b>0,06</b>	<b>0,24</b>					<b>219,77</b>	<b>29,66</b>	<b>177,98</b>	<b>0,19</b>	<b>0,63</b>
<b>Обед 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
22/2014	Салат из картофеля с солеными огурцами	50	0,74	2,62	4,64	45,06		0,04	0,03	5,89	1,20			8,91	11,64	23,74	0,39	
147/2004	Суп с макаронными изделиями на кур. бульоне	200	4,37	6,32	12,26	123,37	5,29	0,05	0,03	2,13	2,06			13,07	7,73	42,72	0,55	
ГТК	Шницель рубленый из птицы	75	7,37	8,77	23,99	204,34	3,99	0,06	0,06	0,25	2,56			41,22	16,61	62,73	1,08	
396/2014 Дети плюс	Клуста тушеная	130	3,10	4,74	12,96	108,85		0,06	0,07	71,22	2,22			82,77	27,34	55,47	1,07	
ГТК	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	
	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	
ГТК	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	
	<b>Итого:</b>	<b>710</b>	<b>21,34</b>	<b>23,51</b>	<b>108,17</b>	<b>729,58</b>	<b>9,10</b>	<b>0,35</b>	<b>0,24</b>	<b>122,69</b>	<b>9,52</b>			<b>185,89</b>	<b>108,82</b>	<b>294,28</b>	<b>6,29</b>	<b>6,01</b>
<b>Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)</b>																		
Таб. №24/96	Сезонные фрукты	60	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 Дети 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	
240/2011 Дети принт	Пудинг из творога с яблоками	120	24,92	12,60	24,09	312,67	70,00	0,06	0,10	5,72	0,49			32,68	12,55	54,78	5,73	
2/97	Повидло порционное	20	0,08		13,13	52,84		0,00	0,00		0,10			2,63	1,41	1,82	0,26	
392/2014 Дети плюс	Чай без сахара	180			9,98	39,82								0,30			0,03	
ГТК	Печенье 1шт.	1шт	1,50	1,96	14,88	63,16												
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>28,14</b>	<b>15,09</b>	<b>87,94</b>	<b>600,10</b>	<b>70,00</b>	<b>0,09</b>	<b>0,16</b>	<b>16,12</b>	<b>1,00</b>			<b>45,77</b>	<b>59,83</b>	<b>88,89</b>	<b>6,66</b>	<b>7,33</b>
	<b>Итого:</b>	<b>1817</b>	<b>66,87</b>	<b>57,22</b>	<b>257,37</b>	<b>1 811,91</b>	<b>142,80</b>	<b>0,66</b>	<b>0,99</b>	<b>140,87</b>	<b>10,90</b>	<b>2,85</b>	<b>5,41</b>	<b>772,89</b>	<b>250,94</b>	<b>877,73</b>	<b>14,62</b>	<b>21,45</b>



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



## Циклическое меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Сад 3 неделя

Сборник рецептур	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					XE	
			Белки	Жиры	Углево-ды	Калл	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fa (мг)
<b>Четверг 3 недели</b>																		
<b>Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
33/2011 Дети садик	Батон с маслом и сыром	30/5/5	3,47	6,00	15,48	129,83	33,28	0,04	0,03	0,04	0,05			51,78	5,69	46,50	0,42	
34/2014	Суп молочный гречневый	200	6,09	5,48	17,46	143,59	8,00	0,10	0,22	0,84	0,16	4,06	7,70	172,17	51,63	174,37	1,22	
394/2014 Дети плюс	Чай с молоком	180	1,00	1,38	11,02	62,85		0,01	0,07	0,33		1,80	3,03	66,25	7,70	49,50	0,08	
<b>Итого:</b>		<b>420</b>	<b>11,16</b>	<b>12,85</b>	<b>43,96</b>	<b>336,26</b>	<b>41,26</b>	<b>0,14</b>	<b>0,32</b>	<b>1,21</b>	<b>0,20</b>	<b>5,66</b>	<b>10,73</b>	<b>290,20</b>	<b>65,01</b>	<b>270,37</b>	<b>1,73</b>	<b>3,67</b>
<b>Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)</b>																		
40/2014 Дети 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	
<b>Итого:</b>		<b>150</b>	<b>5,37</b>	<b>4,63</b>	<b>7,77</b>	<b>94,17</b>	<b>37,00</b>	<b>0,04</b>	<b>0,24</b>	<b>0,56</b>				<b>229,40</b>	<b>25,90</b>	<b>170,20</b>	<b>0,19</b>	<b>0,65</b>
<b>Обед 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
14/2011 Дети садик	Салат из солёных огурцов с луком	60	0,57	3,09	2,30	39,69		0,03	0,02	10,39	1,81			9,11	9,05	16,87	0,43	
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, на кур.бульоне	200/10	5,55	8,88	7,97	134,02	18,00	0,08	0,08	25,71	1,04			56,58	23,55	80,22	1,05	
26/2011 Дети садик	Биточки рубленные мясные	70	3,10	0,78	11,00	173,60	3,26	0,05	0,04	0,21	2,39			27,64	14,83	48,02	0,95	
317.529/199	Гороховое пюре	130	14,88	4,32	30,69	220,37	18,20	0,57	0,12		0,36			62,56	96,33	148,27	4,50	
38/2014 Дети плюс	Сок	180	0,28	0,05	34,05	137,80		0,01	0,01	1,08	0,05			8,03	2,16	10,71	0,82	
ГТК	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	78,60	1,95	
<b>Итого:</b>		<b>715</b>	<b>29,74</b>	<b>23,11</b>	<b>117,29</b>	<b>661,26</b>	<b>39,46</b>	<b>0,88</b>	<b>0,33</b>	<b>37,39</b>	<b>7,63</b>			<b>194,41</b>	<b>143,92</b>	<b>412,38</b>	<b>10,60</b>	<b>9,77</b>
33/2011 Дети садик	Салат из свеклы	60	0,80	3,66	5,28	57,63		0,01	0,02	6,00	1,66			22,20	13,20	25,67	0,84	
Таб. №24/00	Сезонные фрукты	70	1,56	0,52	21,84	98,28		0,04	0,05	10,40	0,42			8,32	49,68	29,12	0,62	
24/2014	Рыба, залеченная в омлете	50	4,83	6,14	2,62	85,05	54,12	0,04	0,11	0,19	1,50			24,82	6,52	65,04	5,09	
316/2011 Дети садик	Картофель отварной	130	2,60	4,34	21,19	134,20		0,16	0,09	26,00	1,83			14,59	30,00	75,00	1,16	
ГТК	Чай с шиповником	180	0,20	0,08	11,22	46,43		0,00	0,02	58,80	0,22			3,78	1,00	1,00	0,20	
ГТК	Сушки	10	1,35	1,49	20,20	99,81												
ГТК	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	
<b>Итого:</b>		<b>585</b>	<b>16,70</b>	<b>16,52</b>	<b>81,78</b>	<b>569,57</b>	<b>54,12</b>	<b>0,29</b>	<b>0,19</b>	<b>43,77</b>	<b>4,79</b>			<b>43,99</b>	<b>99,19</b>	<b>166,42</b>	<b>3,19</b>	<b>6,82</b>
<b>Итого:</b>		<b>1900</b>	<b>57,74</b>	<b>64,65</b>	<b>259,76</b>	<b>1 857,30</b>	<b>158,70</b>	<b>0,83</b>	<b>0,95</b>	<b>68,61</b>	<b>13,23</b>			<b>535,48</b>	<b>276,40</b>	<b>835,24</b>	<b>17,66</b>	<b>21,65</b>

"Утверждаю"

Директор ООО "Ак Барс"

Галиева Э.А.

*Галиева*



**Циклическое меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Сад 3 неделя**

Сборник рецептов	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					ХЕ	
			Белки	Жиры	Углево-ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)
<b>Пятница 3 неделя</b>																		
<b>Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
3/20/11 Дети плюс	Батон с маслом и сыром	300/5	3,47	6,00	15,40	129,83												
таб 4/05	Каша молочная геркулесовая жидкая с сахаром и маслом С	200/5/2	5,97	6,62	29,13	217,95	33,26	0,04	0,03	0,04	0,05			51,78	5,69	48,50	0,42	
3/05/2014 Дети плюс	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	
<b>Итого:</b>		<b>427</b>	<b>12,23</b>	<b>17,51</b>	<b>61,40</b>	<b>452,07</b>	<b>59,30</b>	<b>0,22</b>	<b>0,35</b>	<b>2,49</b>	<b>6,62</b>	<b>5,95</b>	<b>5,90</b>	<b>292,63</b>	<b>64,32</b>	<b>299,56</b>	<b>1,58</b>	<b>5,12</b>
<b>Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)</b>																		
4/01/2014 Дети плюс	Кефир	150	5,37	4,63	7,40	92,69												
<b>Итого:</b>		<b>150</b>	<b>5,37</b>	<b>4,63</b>	<b>7,40</b>	<b>92,69</b>	<b>37,00</b>	<b>0,07</b>	<b>0,31</b>	<b>1,30</b>				<b>2,22</b>	<b>25,90</b>	<b>168,50</b>	<b>0,19</b>	<b>6,62</b>
<b>Обед 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
№45/2014 Дети плюс	Салат "Здоровье"	60	0,86	3,71	5,26	67,87		0,03	0,03	6,46	1,70			15,24	13,16	28,35	0,54	
13/2/96	Суп из овощей на курином бульоне	200	5,16	6,44	9,32	115,82	7,50	0,09	0,08	18,27	1,54			33,00	22,87	77,00	1,00	
4/01/06	Гуляш из отварного мяса	40/40	12,19	14,15	2,62	186,58		0,01	0,01	0,80	1,82			10,74	1,90	8,03	0,20	
314/2014 Дети плюс	Каша перловая	130	2,64	3,61	18,79	118,17	18,20	0,03	0,02		0,35			12,88	11,27	92,02	0,52	
ТТК	Компот из сухофруктов	180	1,44	0,54	23,27	103,69		0,11	0,07	18,00	1,08			36,16	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	
<b>Итого:</b>		<b>725</b>	<b>27,83</b>	<b>29,42</b>	<b>90,45</b>	<b>737,92</b>	<b>25,70</b>	<b>0,43</b>	<b>0,28</b>	<b>43,53</b>	<b>7,76</b>			<b>138,54</b>	<b>103,39</b>	<b>353,89</b>	<b>6,03</b>	<b>7,54</b>
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	
4/0/2014	Салат из моркови с яблоками	60	0,16	3,12	3,00	40,71		0,01	0,01	2,93	1,39			5,58	3,91	5,12	0,64	
ТТК	Залежанка творожная со сгущ. молоком	120/20	21,39	13,07	44,72	382,08	105,60	0,06	0,17	0,20	0,51			87,78	12,09	118,04	7,51	
3/02/2014	Чай без сахара	180																
4/07/2014 Дети плюс	Булочка Домашняя	50	4,49	5,56	30,16	188,64	10,40	0,07	0,05	0,20	2,44			28,08	8,08	49,51	1,20	
<b>Итого:</b>		<b>530</b>	<b>24,49</b>	<b>21,31</b>	<b>84,05</b>	<b>625,94</b>	<b>165,60</b>	<b>0,11</b>	<b>0,23</b>	<b>13,53</b>	<b>2,32</b>			<b>191,69</b>	<b>69,58</b>	<b>152,28</b>	<b>8,78</b>	<b>7,00</b>
<b>Итого:</b>		<b>1862</b>	<b>69,91</b>	<b>72,87</b>	<b>243,39</b>	<b>1 908,61</b>	<b>227,60</b>	<b>0,83</b>	<b>1,16</b>	<b>60,84</b>	<b>16,10</b>	<b>5,95</b>	<b>5,90</b>	<b>535,08</b>	<b>254,18</b>	<b>972,23</b>	<b>16,57</b>	<b>20,27</b>



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





**Цикличное меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Сад 4 неделя**

Сборник рецептов	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					ХЕ		
			Белки	Жиры	Углево-ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)	
<b>Понедельник 4 неделя</b>																			
<b>Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)</b>																			
3/2011 Дети	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	5,60	46,50	0,42		
185/14	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		
394/2014 Дети плюс	Чай с молоком	180	1,60	1,38	11,02	62,85		0,01	0,07	0,33		1,60	3,00	66,25	7,70	49,50	0,08		
<b>Итого:</b>			<b>427</b>	<b>11,33</b>	<b>11,82</b>	<b>64,76</b>	<b>416,78</b>	<b>41,26</b>	<b>0,12</b>	<b>0,26</b>	<b>0,97</b>	<b>0,07</b>	<b>4,52</b>	<b>8,57</b>	<b>249,46</b>	<b>27,61</b>	<b>187,70</b>	<b>1,72</b>	<b>5,40</b>
<b>Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)</b>																			
401/2014 Дети плюс	Ряженка	150	5,37	4,63	7,77	94,17	37,00	0,04	0,24	0,58				229,40	25,90	170,20	0,19		
<b>Итого:</b>			<b>150</b>	<b>5,37</b>	<b>4,63</b>	<b>7,77</b>	<b>94,17</b>	<b>37,00</b>	<b>0,04</b>	<b>0,24</b>	<b>0,58</b>			<b>229,40</b>	<b>25,90</b>	<b>170,20</b>	<b>0,19</b>	<b>0,65</b>	
<b>Обед 1 (с 3 до 7 лет)</b>																			
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 с картофелем на кур.бульоне	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 мясная	70	10,70	16,87	10,96	236,67										0,08			
460/2013 Салат,обл.	Рис отварной с овощами	190	3,72	5,51	37,12	212,90		0,08	0,04	2,10	2,52			16,48	33,48	89,25	0,73		
372/2014 Дети 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	4,48	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	98,05		0,09	0,04		0,70			23,50	24,50	78,50	1,85		
<b>Итого:</b>			<b>725</b>	<b>26,23</b>	<b>32,67</b>	<b>102,32</b>	<b>808,23</b>	<b>8,00</b>	<b>0,32</b>	<b>0,20</b>	<b>36,75</b>	<b>6,71</b>			<b>114,32</b>	<b>108,53</b>	<b>305,29</b>	<b>5,91</b>	<b>8,53</b>
<b>Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)</b>																			
146/182/196	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 птицы	75	7,37	8,77	23,99	204,34	3,90	0,08	0,05	0,25	2,56			41,22	16,61	52,73	1,08		
476/2013	Картофель отварной	130	2,93	5,08	23,88	152,97		0,18	0,10	29,30	2,14			17,59	33,87	85,86	1,34		
392/2014 Дети плюс	Чай с сахаром	180			9,98	39,92								0,30			0,03		
ТТК	Вафли порционные 1шт.	1шт	1,03	5,22	11,16	65,74													
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		
<b>Итого:</b>			<b>588</b>	<b>15,12</b>	<b>22,89</b>	<b>95,58</b>	<b>848,83</b>	<b>3,90</b>	<b>0,34</b>	<b>0,23</b>	<b>40,25</b>	<b>5,77</b>		<b>480,00</b>	<b>80,26</b>	<b>119,20</b>	<b>295,77</b>	<b>4,03</b>	<b>7,97</b>
<b>Итого:</b>			<b>1 920</b>	<b>58,64</b>	<b>72,01</b>	<b>270,43</b>	<b>1 962,01</b>	<b>90,16</b>	<b>0,82</b>	<b>0,94</b>	<b>78,53</b>	<b>12,55</b>	<b>4,52</b>	<b>488,57</b>	<b>673,45</b>	<b>272,24</b>	<b>868,95</b>	<b>11,83</b>	<b>22,54</b>



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



**Циклическое меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Сад 4 неделя**

Сборник рецептов	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					ХЕ	
			Белки	Жиры	Углевод- ды	Калл	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)
<b>Вторник 4 недели</b>																		
<b>Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
Таб. №24/96	Сезонные фрукты	70	1,56	0,52	21,84	98,26		0,04	0,05	10,40	0,42			8,32	43,68	29,12	0,82	
3/2011 Дели	Батон с маслом и сыром	30/5/5	3,47	8,00	15,49	129,63	33,26	0,04	0,03	0,04	0,05			51,78	5,09	46,50	0,42	
215/2014	Омлет натуральный	100	10,51	13,21	1,92	168,51	190,03	0,07	0,36	0,37	10,51	10,51	1,70	76,91	13,08	172,83	1,94	
307/2014 Дели плюс	Какао с молоком	180	3,68	3,82	15,35	110,50								134,66	23,90	112,10	0,58	
	<b>Итого:</b>	<b>420</b>	<b>19,22</b>	<b>23,59</b>	<b>54,60</b>	<b>507,22</b>	<b>245,73</b>	<b>0,19</b>	<b>0,63</b>	<b>12,24</b>	<b>10,98</b>	<b>10,51</b>	<b>1,70</b>	<b>271,67</b>	<b>86,35</b>	<b>369,55</b>	<b>3,57</b>	<b>4,55</b>
<b>Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)</b>																		
401/2014 Дели плюс	Снежок	150	5,00	4,63	19,98	141,53		67,00	0,06	0,24	1,67			223,85	27,75	173,90	0,19	
	<b>Итого:</b>	<b>150</b>	<b>5,00</b>	<b>4,63</b>	<b>19,98</b>	<b>141,53</b>		<b>67,00</b>	<b>0,06</b>	<b>0,24</b>	<b>1,67</b>			<b>223,85</b>	<b>27,75</b>	<b>173,90</b>	<b>0,19</b>	<b>1,67</b>
<b>Обед 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
ТАБ 24/96	Икра кабачковая (консерв)	40	1,05	4,73	4,52	84,85												
61/2011 Дели плюс	Суп гороховый на курином бульоне	200	8,07	3,67	15,85	128,70	7,00	0,22	0,09	9,89	0,30			37,09	32,94	101,49	1,96	
ПТК	Котлета рыбная	80	16,41	9,06	7,12	175,99	26,48	0,04	0,08	4,79	3,42	1,30		79,39	14,50	69,29	0,71	
472/96	Картофельное пюре	130	2,92	4,43	19,15	128,19	0,02	0,14	0,11	22,49	0,04	0,60	1,25	43,18	28,75	85,48	1,07	
103/96	Кисель из сухофруктов	180	0,20	0,08	14,32	58,81		0,01	0,01	39,84	0,14			9,14	6,18	9,61	0,29	
	Хлеб ржаной	50	3,40	0,65	19,90	99,06		0,06	0,04		0,70			23,50	24,50	78,50	1,95	
ПТК	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	
	<b>Итого:</b>	<b>705</b>	<b>22,90</b>	<b>25,11</b>	<b>68,47</b>	<b>671,90</b>	<b>7,91</b>	<b>0,49</b>	<b>0,33</b>	<b>89,00</b>	<b>8,33</b>	<b>0,81</b>	<b>0,92</b>	<b>128,83</b>	<b>107,41</b>	<b>313,11</b>	<b>6,14</b>	<b>7,37</b>
<b>Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)</b>																		
33/2011 Дели плюс	Салат из свеклы	80	0,90	3,66	5,28	57,63		0,01	0,02	6,00	1,66			22,20	13,20	25,87	0,84	
287/2014	Тефтели с соусом сметанным	80/90	9,15	15,89	19,43	241,31	20,00	0,04	0,04	1,58	2,50			27,79	9,30	41,44	0,44	
314/2014 Дели плюс	Каша гречневая вязкая	130	4,01	4,34	16,66	127,33	18,20	0,14	0,07		0,30			6,55	63,12	85,54	2,13	
302/2014	Чай с сахаром	180			8,38	30,92								0,30			0,03	
ПТК	Печенье 1шт.	1шт.	1,30	1,95	14,88	83,18												
ПТК	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	
	<b>Итого:</b>	<b>575</b>	<b>17,71</b>	<b>28,17</b>	<b>74,93</b>	<b>606,07</b>	<b>38,20</b>	<b>0,25</b>	<b>0,15</b>	<b>7,58</b>	<b>5,93</b>			<b>65,83</b>	<b>99,12</b>	<b>198,86</b>	<b>4,34</b>	<b>6,24</b>
	<b>Итого:</b>	<b>1960</b>	<b>64,82</b>	<b>79,44</b>	<b>237,98</b>	<b>1 926,31</b>	<b>328,44</b>	<b>0,99</b>	<b>1,35</b>	<b>110,48</b>	<b>24,35</b>	<b>11,12</b>	<b>2,62</b>	<b>690,38</b>	<b>320,62</b>	<b>1 044,42</b>	<b>14,23</b>	<b>19,83</b>



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



## Циклическое меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Сад 4 неделя

Сборник рецептов	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					ХЕ	
			Белки	Жиры	Угле-ды	Кал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мг)	I (мг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)
<b>Среда 4 неделя</b>																		
<b>Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
3/2011 Дети прил. 185/14	Батон с маслом и сыром	300/5	3,47	6,00	15,48	129,63	23,26	0,04	0,03	0,04	0,05			51,78	5,69	46,50	0,42	
	Каша молочная пшеничная жидкая с сахаром и маслом	200/1/2	7,54	5,29	36,45	223,58	8,00	0,19	0,15	0,60	0,14	2,92	5,54	134,23	47,42	184,90	1,21	
394/2014 Дети 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	
<b>Итого:</b>		<b>427</b>	<b>12,61</b>	<b>12,66</b>	<b>62,96</b>	<b>416,06</b>	<b>41,26</b>	<b>0,23</b>	<b>0,25</b>	<b>0,97</b>	<b>0,19</b>	<b>4,52</b>	<b>8,57</b>	<b>252,26</b>	<b>60,81</b>	<b>280,90</b>	<b>1,72</b>	<b>5,25</b>
<b>Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)</b>																		
ТТК	Бифидок	150	5,38	4,64	7,60	93,63		0,06	0,24					218,77	29,68	177,98	0,19	
<b>Итого:</b>		<b>150</b>	<b>5,38</b>	<b>4,64</b>	<b>7,60</b>	<b>93,63</b>		<b>0,06</b>	<b>0,24</b>					<b>218,77</b>	<b>29,68</b>	<b>177,98</b>	<b>0,19</b>	<b>0,63</b>
<b>Обед 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
Таб.24/96	Огурец солёный порционно	20	0,17	0,03	0,58	3,27		0,01	0,01	3,83	0,17	0,17	0,82	2,14	3,06	3,98	0,14	
58/2014	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне	200	5,26	7,11	12,53	135,15	7,30	0,06	0,08	18,67	0,16			53,00	30,04	85,01	1,62	
277/2014 Дети плюс	Суфле из печени говядины	80	11,33	18,15	2,72	216,52		0,01	0,01	1,08	1,01			5,90	4,22	10,17	0,17	
205/2014 Дети плюс	Макаронные 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	
	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	
<b>Итого:</b>		<b>710</b>	<b>28,99</b>	<b>32,12</b>	<b>102,22</b>	<b>813,90</b>	<b>7,30</b>	<b>0,34</b>	<b>0,20</b>	<b>27,17</b>	<b>5,80</b>	<b>0,17</b>	<b>0,92</b>	<b>120,01</b>	<b>91,27</b>	<b>271,24</b>	<b>8,19</b>	<b>8,52</b>
<b>Уютный полдник (с 3 до 7 лет)</b>																		
Таб.№24/96	Сезонные фрукты	90	1,56	0,52	21,84	98,28		0,04	0,05	10,40	0,42			8,32	43,68	29,12	0,82	
60/2014 Дети плюс	Салат из моркови с яблоками	60	0,16	3,12	3,00	40,71		0,01	0,01	2,93	1,39			5,59	3,91	5,12	0,64	
ТТК	Сырники классические с соусом	120/20	13,65	10,21	43,21	319,38		0,01	0,04	0,24				62,01	6,87	44,31	0,04	
309/2014 Дети плюс	Чай без сахара	180																
480/2011 Дети плюс	Булочка с крошкой	50	3,86	7,43	31,09	206,67	11,50	0,06	0,05	0,13	3,24			20,71	6,64	42,65	1,35	
<b>Итого:</b>		<b>530</b>	<b>19,24</b>	<b>21,28</b>	<b>99,14</b>	<b>665,04</b>	<b>11,50</b>	<b>0,12</b>	<b>0,15</b>	<b>13,70</b>	<b>5,05</b>			<b>96,63</b>	<b>61,88</b>	<b>121,20</b>	<b>2,66</b>	<b>8,26</b>
<b>Итого:</b>		<b>1847</b>	<b>66,21</b>	<b>70,69</b>	<b>271,93</b>	<b>1 988,82</b>	<b>60,06</b>	<b>0,75</b>	<b>0,84</b>	<b>41,85</b>	<b>11,04</b>	<b>4,89</b>	<b>9,49</b>	<b>687,68</b>	<b>242,83</b>	<b>851,32</b>	<b>12,75</b>	<b>22,68</b>



"Согласовано"

и/с №

"Утверждаю"

Директор ООО "Ак Барс"

Галиева Э.А.

*Галиева Э.А.*



Для документов

## Циклическое меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Сад 4 неделя

Сборник рецептов	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					XE		
			Белки	Жиры	Углево-ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)	
<b>Четверг 4 неделя</b>																			
<b>Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)</b>																			
Э/11 Дети прием	Батон с маслом	305	2,29	4,50	15,49	111,58													
213/2011 Дети прием	Яйцо вареное	шт	5,10	4,60	0,30	63,00	20,00	0,03	0,02			0,05			6,90	3,90	21,00	0,37	
94/2014 Дети плюс	Каша молочная геркулесовая жидкая с сахаром и маслом	200	5,55	5,65	15,76	136,49	100,00	0,03	0,18			0,24		26,00	4,80	76,80	10,00		
396/2014 Дети плюс	Кофейный напиток с молоком	180	2,79	2,89	10,79	104,29	8,00	0,08	0,20	0,84	0,21		4,08	7,70	174,77	35,08	165,98	0,58	
<b>Итого:</b>		<b>435</b>	<b>13,18</b>	<b>15,38</b>	<b>48,18</b>	<b>383,84</b>	<b>96,00</b>	<b>0,17</b>	<b>0,43</b>	<b>2,01</b>	<b>0,38</b>		<b>4,08</b>	<b>7,70</b>	<b>302,97</b>	<b>53,98</b>	<b>306,38</b>	<b>6,07</b>	<b>4,02</b>
<b>Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)</b>																			
401/2014 Дети плюс	Ряженка	150	5,37	4,63	7,77	94,17													
<b>Итого:</b>		<b>150</b>	<b>5,37</b>	<b>4,63</b>	<b>7,77</b>	<b>94,17</b>	<b>37,00</b>	<b>0,04</b>	<b>0,24</b>	<b>0,56</b>					<b>228,40</b>	<b>25,90</b>	<b>170,20</b>	<b>0,19</b>	<b>0,65</b>
<b>Обед 1 (с 3 до 7 лет)</b>																			
№45/2014 Дети плюс	Винегрет овощной	60	0,86	3,71	6,25	57,87													
	Суп картофельный с фрикадельками	25/200	6,50	4,52	14,91	127,22									15,24	13,16	28,35	0,54	
ТТК	Плов из птицы	150	10,73	10,13	34,77	273,17	0,01	0,12	0,11	18,29	6,50	6,50	66,73	17,17	29,47	104,42	1,58		
895/2004	Напиток фруктовый	180	0,13	0,01	6,42	26,33									11,12	20,53	79,21	0,61	
ТТК	Хлеб пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	56,73									5,94	1,73	0,32	0,10	
	Хлеб ржаной	50	3,40	0,65	19,90	99,05									7,00	13,50	34,00	0,90	
<b>Итого:</b>		<b>690</b>	<b>23,77</b>	<b>19,45</b>	<b>92,55</b>	<b>640,37</b>	<b>0,61</b>	<b>0,35</b>	<b>0,23</b>	<b>31,88</b>	<b>12,50</b>	<b>6,50</b>	<b>66,73</b>	<b>79,97</b>	<b>110,89</b>	<b>324,79</b>	<b>5,69</b>	<b>7,71</b>	
<b>Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)</b>																			
Таб. №24/06	Сезонные фрукты	80	1,56	0,52	21,84	98,28													
ТТК	Биточки рыбные	80	16,41	9,06	7,12	175,59	26,49	0,04	0,08	4,79	3,42	1,33			8,32	43,68	29,12	0,62	
472/96	Картофельное пюре	130	2,92	4,43	19,15	128,19	0,02	0,14	0,11	22,49	0,04	0,60	1,25		43,18	28,75	85,48	1,07	
392/2014 Дети плюс	Чай с сахаром	180			9,98	39,92									0,30			0,03	
450/2011 Дети прием	Ватрушка с повидлом	40	3,01	1,60	29,38	143,91	10,61	0,05	0,04	0,11	0,50				19,73	6,47	33,55	1,05	
ТТК	Хлеб пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	56,73									7,00	13,50	34,00	0,90	
<b>Итого:</b>		<b>555</b>	<b>26,05</b>	<b>15,93</b>	<b>98,78</b>	<b>642,62</b>	<b>38,12</b>	<b>0,33</b>	<b>0,30</b>	<b>37,79</b>	<b>4,95</b>	<b>1,93</b>	<b>1,25</b>		<b>157,93</b>	<b>106,90</b>	<b>251,44</b>	<b>4,38</b>	<b>6,23</b>
<b>Итого:</b>		<b>1 880</b>	<b>63,07</b>	<b>50,86</b>	<b>258,50</b>	<b>1 754,82</b>	<b>135,13</b>	<b>0,85</b>	<b>0,96</b>	<b>71,66</b>	<b>18,13</b>	<b>12,49</b>	<b>75,68</b>	<b>540,87</b>	<b>271,77</b>	<b>882,59</b>	<b>16,14</b>	<b>21,54</b>	



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



**Цикличное меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Сад 4 неделя**

Сборник рецептур	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					ХЕ	
			Белки	Жиры	Углево-ды	Калл	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)
<b>Пятница 4 неделя</b>																		
<b>Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
3/2011 Дети принт	Батон с маслом и сыром	30/5/5	3,47	6,00	15,49	129,83	33,20	0,04	0,03	0,04	0,05			51,78	5,69	48,50	0,42	
168/2011	Каша молочная гречневая жидкая с сахаром и маслом	200/5/2	6,58	4,84	26,75	176,90	6,00	0,16	0,19	0,58	0,26	2,78	5,28	123,67	73,55	176,78	2,14	
394/2014 Дети 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	
<b>Итого:</b>		<b>427</b>	<b>11,65</b>	<b>12,21</b>	<b>53,26</b>	<b>369,57</b>	<b>41,26</b>	<b>0,19</b>	<b>0,29</b>	<b>0,94</b>	<b>0,31</b>	<b>4,38</b>	<b>8,31</b>	<b>241,70</b>	<b>86,94</b>	<b>272,78</b>	<b>2,64</b>	<b>4,44</b>
<b>Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)</b>																		
401/2014 Дети плюс	Кефир	150	5,37	4,63	7,40	92,60	37,00	0,07	0,31	1,30				2,22	25,90	166,50	0,19	
<b>Итого:</b>		<b>150</b>	<b>5,37</b>	<b>4,63</b>	<b>7,40</b>	<b>92,60</b>	<b>37,00</b>	<b>0,07</b>	<b>0,31</b>	<b>1,30</b>				<b>2,22</b>	<b>25,90</b>	<b>166,50</b>	<b>0,19</b>	<b>0,42</b>
<b>Обед 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
49/2013	Салат из квашеной капусты с луком	60	0,27	6,03	0,73	58,26		0,01	0,01	2,14	2,69			8,88	4,50	10,06	0,16	
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	299,28		0,20	0,11	33,00	2,41			31,08	38,95	101,90	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	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	99,06		0,09	0,04		0,70			23,50	24,50	78,50	1,95	
<b>Итого:</b>		<b>695</b>	<b>23,58</b>	<b>27,65</b>	<b>93,42</b>	<b>716,79</b>	<b>19,50</b>	<b>0,42</b>	<b>0,25</b>	<b>80,68</b>	<b>8,66</b>			<b>108,22</b>	<b>98,99</b>	<b>300,77</b>	<b>6,71</b>	<b>7,78</b>
<b>Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)</b>																		
Таб. №24/06	Сезонные фрукты	90	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 Дети 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	
229/2014	Запеканка творожно-рисовая с молоком сгущ	120/20	23,62	5,77	30,44	268,95	17,10	0,04	0,07	0,20	0,24			72,72	9,89	71,01	1,94	
396/2014 Дети плюс	Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	18,67	79,41		0,01	0,05	180,00	0,65			11,10	3,06	3,06	0,57	
ТТК	Сушки	10	1,35	1,49	20,20	98,61												
<b>Итого:</b>		<b>490</b>	<b>27,42</b>	<b>8,04</b>	<b>94,37</b>	<b>559,48</b>	<b>17,10</b>	<b>0,10</b>	<b>0,18</b>	<b>190,60</b>	<b>1,34</b>			<b>93,79</b>	<b>58,82</b>	<b>106,36</b>	<b>3,14</b>	<b>7,86</b>
<b>Итого:</b>		<b>1792</b>	<b>68,01</b>	<b>52,52</b>	<b>248,45</b>	<b>1 738,53</b>	<b>114,86</b>	<b>0,78</b>	<b>1,03</b>	<b>273,52</b>	<b>10,31</b>	<b>4,38</b>	<b>8,31</b>	<b>445,93</b>	<b>270,64</b>	<b>846,40</b>	<b>12,68</b>	<b>20,70</b>



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

