

## Цикличное меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Сад 4 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)
<b>Понедельник 4 неделя</b>																		
<b>Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)</b>																		
3/2011 Дели 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	5,69	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 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	
<b>Итого:</b>		<b>427</b>	<b>11,33</b>	<b>11,82</b>	<b>64,76</b>	<b>410,78</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 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	
<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>																		
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	16,67	10,96	236,67										0,08		
460/2013 Самар обл	Рис отварной с овощами	150	3,72	5,51	37,12	212,90		0,06	0,04	2,10	2,52			16,48	33,48	89,25	0,73	
372/2014 Дели 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	
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>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>																		
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	
	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	0,06	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	85,66	1,34	
392/2014 Дели плюс	Чай с сахаром	180			9,98	39,92								0,30			0,03	
ТТК	Вафли порционные 1шт.	1шт	1,03	5,22	11,16	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	
<b>Итого:</b>		<b>588</b>	<b>15,12</b>	<b>22,89</b>	<b>95,58</b>	<b>648,83</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>110,20</b>	<b>205,77</b>	<b>4,03</b>	<b>7,97</b>
<b>Итого:</b>		<b>1 920</b>	<b>58,04</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 "Ак Барс"  
 Галиева Э.А.

*Галиева*

