

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	Ккал	А (мг)	В1 (мг)	В2 (мг)	С (мг)	Е (мг)	Zn (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)
Вторник 4 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	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	
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	
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	19,22	23,55	54,60	507,22	245,73	0,19	0,63	12,24	10,98	10,51	1,70	271,87	86,35	360,55	3,57	4,55
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																		
401/2014 Дели 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
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																		
ТАБ 24/96	Икра кабачковая (консерв)	40	1,05	4,73	4,52	64,85												
81/2011 Дели принт	Суп гороховый на курином бульоне	200	8,07	3,67	15,85	128,70	7,00	0,22	0,09	9,85	0,36			37,09	32,94	101,49	1,96	
ТТК	Котлета рыбная	80	16,41	9,06	7,12	175,59	28,49	0,04	0,08	4,79	3,42	1,33		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	
703/96	Кисель из сухофруктов	180	0,20	0,08	14,32	58,81		0,01	0,01	39,84	0,14			9,14	6,18	9,81	0,29	
	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	
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:		705	22,90	25,11	88,47	671,50	7,51	0,49	0,33	89,00	8,33	0,61	0,92	128,83	107,41	313,11	6,14	7,37
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																		
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	
287/2014	Тефтели с соусом сметанным	80/80	9,15	15,89	15,43	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	18,06	127,33	18,20	0,14	0,07		0,30			8,55	63,12	95,54	2,13	
392/2014	Чай с сахаром	180			9,98	39,92								0,30			0,03	
ТТК	Печенье 1шт.	1шт	1,50	1,96	14,88	83,16												
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:		575	17,71	26,17	74,93	606,07	38,20	0,25	0,15	7,58	5,03			65,83	99,12	196,86	4,34	6,24
Итого:		1960	64,82	79,46	237,98	1 926,31	328,44	0,99	1,35	110,48	24,35	11,12	2,62	690,38	320,62	1 044,42	14,23	19,83



"Утверждаю"

Директор ООО "Ак Барс"

Галиева Э.А.

Галиева Э.А.

