

Циклическое меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Ясли 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 (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)
Среда 1 неделя																		
Завтрак 1 (до 3 лет)																		
3/2011 Дели принт	Батон с маслом и сыром	20/5/5	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	
185/2014 Дели плюс	Каша молочная кукурузная жидкая с сахаром и маслом	150/5/5	4,72	6,40	29,91	196,16	35,12	0,03	0,12	0,98	0,05			93,54	10,67	69,84	0,11	
395/2014 Дели плюс	Кофейный напиток с молоком	150	2,30	2,40	12,23	79,74	15,00	0,03	0,11	0,98				90,21	10,50	67,50	0,10	
Итого:		350	10,49	14,81	57,62	405,73	83,38	0,10	0,26	1,99	0,10			235,53	26,86	183,84	0,63	4,80
Завтрак 2 (до 3 лет)																		
ТТК	Бифидок	120	4,48	3,86	6,33	78,02		0,05	0,20					182,31	24,72	148,32	0,15	
Итого:		120	4,48	3,86	6,33	78,02		0,05	0,20					182,31	24,72	148,32	0,15	0,53
Обед (до 3 лет)																		
22/2014	Винегрет овощной	40	0,59	2,09	3,71	36,05		0,03	0,02	4,71	0,96			7,93	9,31	18,99	0,31	
86/2011	Суп с макаронными изделиями на кур.бульоне	150	3,28	4,74	9,19	92,52	3,90	0,03	0,02	1,59	1,54			9,80	5,80	32,04	0,41	
2277/2014 Дели плюс	Гречка по купечески	100/30	16,17	10,96	27,52	274,00	0,01	0,13	0,14		0,02			43,32	20,90	151,70	1,40	
372/2014 Дели плюс	Компот из яблок	150	0,14	0,14	9,32	39,05		0,01	0,01	3,40				5,62	3,06	3,74	0,77	
	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38		0,05	0,02		0,46			5,60	10,80	27,20	0,72	
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		0,56			18,80	19,60	62,80	1,56	
Итого:		530	19,79	23,36	61,03	533,54	19,30	0,29	0,14	5,79	3,76			51,99	95,83	214,28	5,41	5,09
Уплотненный полдник (до 3 лет)																		
Таб.№24/96	Сезонные фрукты	80	1,49	0,50	20,79	93,56		0,04	0,05	9,90	1,49	1,49	1,98	7,92	41,58	27,72	0,59	
41/2011 Дели плюс	Салат из моркови с сахаром	40	0,05	0,00	2,15	8,83		0,00	0,00					1,10	1,46	2,11	0,01	
235/2011 Дели плюс	Пудинг из творога запеченный с соусом	100/20	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	150																
469/2011 Дели плюс	Булочка домашняя	50	2,53	4,60	18,90	127,10	3,14	0,04	0,02	0,11	2,08			15,18	4,61	26,88	0,42	
Итого:		445	22,97	14,78	69,43	502,57	42,24	0,13	0,15	10,12	4,00	1,92	2,81	63,85	59,95	113,38	3,00	5,79
Итого:		1 475	57,73	56,81	194,41	1 519,86	144,92	0,56	0,75	17,91	7,85	1,92	2,81	533,68	207,36	659,81	9,20	16,20



"Утверждаю"

Директор ООО "Ак Барс"

Галиева Э.А.

Галиева Э.А.

