

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	А (мг)	В1 (мг)	В2 (мг)	С (мг)	Е (мг)	Zn (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)
Пятница 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		33,26	0,04	0,03	0,04	0,05			51,78	5,69	46,50	0,42	
185/2011 Дели принт	Каша молочная геркулесовая жидкая с сахаром и маслом	150/5/5	6,71	9,28	25,53	212,51	46,40	0,16	0,23	1,72	0,42			173,23	48,37	196,37	1,00	
397/2014 Дели плюс	Какао с молоком	150	3,15	3,24	12,51	91,86	18,84	0,04	0,14	1,20	0,01			113,20	21,38	95,90	0,56	
Итого:		350	13,34	18,52	53,53	434,20	98,50	0,23	0,40	2,95	0,48			338,21	75,43	338,77	1,98	4,46
Завтрак 2 (до 3 лет)																		
401/2014 Дели плюс	Кефир	120	4,47	3,85	6,16	77,15	30,80	0,06	0,26	1,08				1,85	21,56	138,60	0,15	
Итого:		120	4,47	3,85	6,16	77,15	30,80	0,06	0,26	1,08				1,85	21,56	138,60	0,15	0,51
Обед (до 3 лет)																		
№45 Дели плюс	Салат из свежей капусты с луком / Салат из квашеной капусты	40	0,57	2,48	3,49	38,55		0,02	0,02	4,30	1,13			10,14	8,76	18,87	0,36	
134/2004	Суп крестьянский с крупой на кур. бульоне	150	4,48	5,82	8,43	104,03	6,60	0,05	0,05	12,92	1,47			33,19	16,54	71,35	0,79	
402/96	Азу с мясом	130	10,58	11,89	12,89	200,86		0,09	0,05	14,29	2,01	0,02	0,02	18,68	18,37	47,83	0,83	
699/2004	Компот из сухофруктов	150	0,11	0,01	5,35	21,94		0,00	0,00	4,80	0,02			4,95	1,44	0,26	0,09	
	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	20,18	20,97	55,13	490,00	6,60	0,29	0,17	36,31	5,66	0,02	0,02	91,36	75,51	228,31	4,34	4,59
Уплотненный полдник (до 3 лет)																		
40/2014 Дели плюс	Салат из моркови с яблоками	40	0,11	2,08	2,01	27,17		0,01	0,01	1,96	0,93			3,74	2,61	3,42	0,43	
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	
ТТК	Запеканка творожная с молоком сгущ.	100/20	14,55	19,66	31,17	359,82	0,13	0,08	0,23	0,34	14,55	14,55	4,92	122,14	19,71	176,57	0,81	
392/2014 Дели плюс	Чай без сахара	150																
ТТК	Печенье 1шт.	1шт	1,50	1,96	14,88	83,16												
Итого:		435	17,64	24,19	68,85	563,70	0,13	0,13	0,28	12,20	16,96	16,04	6,90	133,80	63,90	207,71	1,84	5,74
Итого:		1465	55,62	67,54	183,67	1 565,06	136,03	0,71	1,12	52,54	23,09	16,06	6,92	565,22	236,40	913,39	8,31	15,31



"Утверждаю"

Директор ООО "Ак Барс"

Галиева Э.А.

