

Цикличное меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Ясли 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)
Среда 3 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 ячневая жидкая с сахаром и маслом	150/5/5	3,68	6,18	18,33	143,69	34,76	0,07	0,13	0,96	0,28			103,29	17,91	119,65	0,38	
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	10,31	15,43	46,33	365,38	86,86	0,14	0,30	2,19	0,33			268,27	44,98	262,05	1,36	3,86
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)																		
22/11 Дели ПРИНТ	Салат из картофеля с солеными огурцами	40	0,58	2,09	3,56	35,36		0,03	0,02	5,05	0,97			9,49	9,32	18,19	0,32	
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	
498/2004;ТК 3 14/08	Шницель рубленый из птицы	60	5,89	6,90	19,21	162,55		0,04	0,04	0,09	2,04	0,45	0,86	25,62	12,84	40,68	0,81	
132/14	Кпуста тушеная	110	2,27	6,13	6,53	90,39		0,04	0,05	52,85	2,83			63,21	22,64	44,98	0,83	
ТТК	Компот из ягод	150	0,15	0,06	16,07	65,42			0,01	30,00	0,15			5,85	4,65	4,95	0,24	
	Хлеб пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,04		0,03	0,01		0,35			4,20	8,10	20,40	0,54	
	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:		565	16,18	20,64	77,25	559,52	3,90	0,26	0,19	89,59	8,44	0,45	0,86	136,97	82,95	224,04	4,71	6,44
Уплотненный полдник (до 3 лет)																		
41/2011 Дели принт	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	
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	
240/14	Пудинг из творога с яблоками	100/20	14,69	12,23	16,87	236,31	1,61	0,06	0,26	4,26	14,69	14,69	5,94	132,12	23,02	187,99	1,61	
2/97	Повидло порционное	20	0,08		13,13	52,84		0,00	0,00		0,10			2,83	1,41	1,82	0,26	
392/2014 Дели плюс	Чай без сахара	150																
ТТК	Печенье 1шт.	1шт	1,50	1,96	14,88	83,16												
Итого:		455	17,81	14,69	74,81	502,65	1,61	0,10	0,32	14,16	16,28	16,18	7,92	144,17	67,47	219,64	2,49	6,23
Итого:		1520	48,78	54,62	204,73	1 505,57	92,37	0,55	1,01	105,94	25,05	16,63	8,78	731,72	220,12	854,05	8,71	17,06



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

