

## Циклическое меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Ясли 3 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)
<b>Четверг 3 неделя</b>																		
<b>Завтрак 1 (до 3 лет)</b>																		
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	
94/2014 Дели плюс	Суп молочный гречневый	150	4,57	4,84	13,00	113,88	27,00	0,09	0,18	1,37	0,11			129,13	38,72	130,78	0,92	
394/2011 Дели принт	Чай с молоком	150	1,42	1,57	9,79	58,95	9,80	0,02	0,07	0,64				59,03	6,86	44,10	0,07	
<b>Итого:</b>		<b>350</b>	<b>9,46</b>	<b>12,41</b>	<b>38,28</b>	<b>302,66</b>	<b>70,06</b>	<b>0,15</b>	<b>0,29</b>	<b>2,04</b>	<b>0,16</b>			<b>239,93</b>	<b>51,26</b>	<b>221,38</b>	<b>1,41</b>	<b>3,19</b>
<b>Завтрак 2 (до 3 лет)</b>																		
401/2014 Дели плюс	Ряженка	120	4,47	3,85	6,47	78,39	30,80	0,03	0,20	0,46				190,96	21,56	141,68	0,15	
<b>Итого:</b>		<b>120</b>	<b>4,47</b>	<b>3,85</b>	<b>6,47</b>	<b>78,39</b>	<b>30,80</b>	<b>0,03</b>	<b>0,20</b>	<b>0,46</b>				<b>190,96</b>	<b>21,56</b>	<b>141,68</b>	<b>0,15</b>	<b>0,54</b>
<b>Обед (до 3 лет)</b>																		
14/2011 Дели принт	Салат из солёных огурцов с луком	40	0,46	2,48	1,91	31,76		0,02	0,01	8,32	1,29			14,48	7,68	14,81	0,40	
67/2011	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, на кур.бульоне	150/10	4,23	7,04	6,07	104,51	16,00	0,06	0,07	19,29	1,46			44,64	17,89	61,69	0,79	
282/2011 Дели принт	Биточки рубленные мясные	60	8,59	6,77	7,27	124,37	1,90	0,04	0,07	0,18	8,59			6,72	11,69	80,56	1,25	
	Гороховое пюре	110	11,30	3,32	23,61	169,51	14,00	0,44	0,09		0,28			48,12	43,33	112,52	3,47	
399/2014 Дели плюс	Сок	150	0,75	0,15	15,15	64,95		0,02	0,02	3,00	0,15			10,50	6,00	10,50	2,10	
	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	
<b>Итого:</b>		<b>575</b>	<b>29,33</b>	<b>20,47</b>	<b>76,71</b>	<b>608,38</b>	<b>31,90</b>	<b>0,68</b>	<b>0,31</b>	<b>30,79</b>	<b>12,68</b>			<b>147,45</b>	<b>114,29</b>	<b>363,28</b>	<b>10,11</b>	<b>6,39</b>
<b>Уплотненный полдник (до 3 лет)</b>																		
16/04	Салат из свеклы	40	0,26	2,43	0,70	25,77		0,01	0,01	2,60	1,10			6,31	5,19	11,18	0,19	
Таб.№24/96	Сезонные фрукты	70	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	
324/96	Котлета рыбная	60	3,74	6,87	11,00	120,79	5,49	0,07	0,05	0,29	3,01			47,80	17,83	63,21	1,11	
318/2014 Дели плюс	Картофель отварной	110	2,00	3,34	16,30	103,23		0,12	0,07	20,00	1,41			12,58	23,15	58,58	0,92	
392/2014 Дели плюс	Чай с шиповником	150	0,20	0,08	11,22	46,43		0,00	0,02	58,80	0,22			3,78	1,00	1,00	0,20	
ТТК	Сушки	10	1,64	5,74	14,41	115,86	3,76	0,00	0,01		0,01			0,57	0,12	1,99	0,03	
	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	
<b>Итого:</b>		<b>475</b>	<b>10,15</b>	<b>16,64</b>	<b>69,28</b>	<b>467,47</b>	<b>9,25</b>	<b>0,26</b>	<b>0,19</b>	<b>30,19</b>	<b>6,25</b>	<b>1,49</b>	<b>1,98</b>	<b>73,07</b>	<b>90,78</b>	<b>171,90</b>	<b>3,19</b>	<b>5,77</b>
<b>Итого:</b>		<b>1580</b>	<b>49,00</b>	<b>49,61</b>	<b>201,36</b>	<b>1 447,94</b>	<b>111,21</b>	<b>1,09</b>	<b>0,78</b>	<b>63,02</b>	<b>19,09</b>	<b>1,49</b>	<b>1,98</b>	<b>460,45</b>	<b>256,34</b>	<b>756,56</b>	<b>14,71</b>	<b>16,78</b>



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

