

## Циклическое меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Ясли 3 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)
<b>Пятница 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
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	
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	
<b>Итого:</b>		<b>350</b>	<b>12,48</b>	<b>17,68</b>	<b>53,25</b>	<b>422,08</b>	<b>94,66</b>	<b>0,22</b>	<b>0,37</b>	<b>2,73</b>	<b>0,47</b>			<b>315,22</b>	<b>64,55</b>	<b>310,37</b>	<b>1,52</b>	<b>4,44</b>
<b>Завтрак 2 (до 3 лет)</b>																		
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	
<b>Итого:</b>		<b>120</b>	<b>4,47</b>	<b>3,85</b>	<b>6,16</b>	<b>77,15</b>	<b>30,80</b>	<b>0,06</b>	<b>0,26</b>	<b>1,08</b>				<b>1,85</b>	<b>21,56</b>	<b>138,60</b>	<b>0,15</b>	<b>0,51</b>
<b>Обед (до 3 лет)</b>																		
№45 Дели плюс	Салат "Здоровье"	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	
132/96	Суп из овощей на курином бульоне	150	3,86	4,83	6,97	86,80	5,63	0,07	0,06	13,70	1,15			24,75	17,15	57,75	0,75	
401/96	Гуляш из отварного мяса	60	9,12	10,61	1,88	139,52		0,01	0,00	0,60	1,37			9,79	1,54	6,42	0,15	
	Каша перловая	110	2,03	2,77	14,45	90,90	14,00	0,03	0,02		0,27			9,91	8,67	70,78	0,40	
ТТК	Компот из сухофруктов	150	1,20	0,45	19,39	86,41		0,09	0,06	15,00	0,90			30,15	13,50	30,00	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	
<b>Итого:</b>		<b>570</b>	<b>21,23</b>	<b>21,92</b>	<b>71,15</b>	<b>566,81</b>	<b>19,63</b>	<b>0,33</b>	<b>0,20</b>	<b>33,60</b>	<b>5,84</b>			<b>109,13</b>	<b>80,01</b>	<b>273,82</b>	<b>4,71</b>	<b>5,93</b>
<b>Уплотненный полдник (до 3 лет)</b>																		
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	
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	
ТТК	Запеканка творожная со сгущ. молоком	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																
467/2014 Дели плюс	Булочка Домашняя	50	4,49	5,56	30,16	188,64	10,40	0,07	0,05	0,20	2,44			28,08	8,08	49,51	1,20	
<b>Итого:</b>		<b>433</b>	<b>17,17</b>	<b>27,45</b>	<b>65,13</b>	<b>576,28</b>	<b>0,13</b>	<b>0,13</b>	<b>0,28</b>	<b>12,20</b>	<b>16,96</b>	<b>16,04</b>	<b>6,90</b>	<b>133,80</b>	<b>63,90</b>	<b>207,71</b>	<b>1,84</b>	<b>5,43</b>
<b>Итого:</b>		<b>1503</b>	<b>55,34</b>	<b>70,91</b>	<b>195,69</b>	<b>1 642,32</b>	<b>145,22</b>	<b>0,74</b>	<b>1,12</b>	<b>49,60</b>	<b>23,27</b>	<b>16,04</b>	<b>6,90</b>	<b>560,00</b>	<b>230,02</b>	<b>930,50</b>	<b>8,22</b>	<b>16,31</b>



"Утверждаю"  
Директор ООО "Ак Барс"

Галиева Э.А.

*Галиева*

