

Цикличное меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Ясли 4 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 4 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 пшеничная жидкая с сахаром и маслом	150/5/5	5,68	7,03	28,56	200,27	35,12	0,16	0,13	0,98	0,14			101,55	35,57	139,72	0,92	
394/2014 Дели плюс	Чай с молоком	150	1,33	1,47	9,15	55,18	9,20	0,02	0,07	0,60			55,41	6,44	41,40	0,07		
Итого:		350	10,49	14,51	53,19	385,27	77,58	0,21	0,23	1,62	0,19			208,74	47,69	227,62	1,41	4,43
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)																		
Таб.24/96	Огурец солёный порционно	20	0,17	0,03	0,58	3,27		0,01	0,01	3,83	0,17	0,17	0,92	2,14	3,06	3,98	0,14	
57/2014	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне	150	3,94	5,33	9,40	101,36	5,48	0,05	0,06	14,00	0,12			39,75	22,53	63,76	1,22	
2277/2014 Дели плюс	Суфле из печени говядины	60	8,55	14,03	2,28	169,61		0,01	0,01	0,80	0,94			4,94	3,16	7,65	0,15	
205/2014 Дели плюс	Макаронные отварные	110	3,85	5,45	24,68	163,15		0,06	0,01		2,75			10,70	5,84	31,38	0,59	
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 ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		0,56			18,80	19,60	62,80	1,56	
	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	
Итого:		565	21,56	28,16	76,12	644,10	5,48	0,26	0,16	26,12	6,15			103,37	72,91	211,29	6,56	6,34
Уплотненный полдник (до 3 лет)																		
Таб.№24/96	Сезонные фрукты	90	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	Сырники классические с соусом	100/20	13,65	10,21	43,21	319,38		0,01	0,04	0,24				62,01	6,87	44,31	0,04	
392/2014 Дели плюс	Чай без сахара	150																
460/2011 Дели принт	Булочка с крошкой	50	3,86	7,43	31,09	206,67	11,50	0,06	0,05	0,13	3,24			20,71	6,64	42,65	1,35	
Итого:		465	19,11	20,22	97,10	646,77	11,50	0,12	0,14	12,23	5,66	1,49	1,98	94,38	57,69	118,10	2,42	8,09
Итого:		1530	55,64	66,74	232,74	1 754,17	94,56	0,64	0,73	39,97	12,00	1,49	1,98	588,80	203,02	705,33	10,54	19,40



"Утверждаю"
 Директор ООО "АкБарс"
 Галиева Э.А. *Галиева*

