

Циклическое меню для детей в группах общеразвивающей направленности, Ясли 4 неделя

| Сборник рецептов | Наименование | Выход | Пищевая ценность | | | | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | ХЕ | |
|---------------------------------------|--|-------------|------------------|--------------|---------------|-----------------|---------------|-------------|-------------|--------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------|--------------|
| | | | Белки | Жиры | Угле- ды | Ккал | A (мг) | B1 (мг) | B2 (мг) | C (мг) | E (мг) | Zn (мкг) | I (мкг) | Ca (мг) | Mg (мг) | P (мг) | | Fe (мг) |
| Четверг 4 неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак 1 (до 3 лет) | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3/11 Дели принт | Батон с маслом | 20/5 | 2,29 | 4,50 | 15,49 | 111,56 | | | | | 0,05 | | | | 6,90 | 3,90 | 21,00 | 0,37 |
| ТТК | Яйцо вареное | 1шт | 5,10 | 4,60 | 0,30 | 63,00 | 100,00 | 0,03 | 0,18 | | 0,24 | | | 26,00 | 4,80 | 76,80 | 10,00 | |
| 94/2014 Дели плюс | Каша молочная геркулесовая жидкая с сахаром и маслом | 150 | 4,16 | 5,01 | 11,71 | 108,56 | 27,00 | 0,08 | 0,17 | 1,37 | 0,16 | | | 131,08 | 26,31 | 124,47 | 0,44 | |
| 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 | |
| Итого: | | 355 | 11,30 | 14,20 | 39,58 | 331,36 | 112,00 | 0,16 | 0,38 | 2,34 | 0,33 | | | 241,19 | 43,11 | 251,37 | 5,90 | 3,30 |
| Завтрак 2 (до 3 лет) | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 401/2014 Дели плюс | Ряженка | 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 | Винегрет овощной | 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 | |
| ТТК | Суп картофельный с фрикадельками | 25/150 | 4,50 | 3,27 | 11,17 | 92,11 | 0,01 | 0,09 | 0,08 | 13,70 | 4,50 | 4,50 | 44,90 | 12,54 | 21,61 | 74,35 | 1,12 | |
| ТТК | Плов из птицы | 130 | 8,94 | 8,44 | 28,96 | 227,55 | | 0,04 | 0,02 | 1,12 | 2,75 | | | 9,26 | 23,77 | 65,98 | 0,51 | |
| 699/2004 | Напиток фруктовый | 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 | 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: | | 550 | 18,13 | 14,91 | 71,68 | 493,43 | 0,01 | 0,26 | 0,17 | 23,92 | 9,31 | 4,50 | 44,90 | 59,89 | 83,27 | 242,66 | 4,18 | 5,97 |
| Уплотненный полдник (до 3 лет) | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 | Биточки рыбные | 60 | 12,34 | 6,81 | 5,35 | 132,03 | 21,42 | 0,03 | 0,06 | 3,60 | 2,57 | 1,00 | | 59,69 | 10,90 | 52,10 | 0,53 | |
| 472/96 | Картофельное пюре | 110 | 2,42 | 3,72 | 16,20 | 107,96 | 18,88 | 0,12 | 0,10 | 19,04 | 0,13 | | | 35,23 | 24,31 | 72,17 | 0,90 | |
| 392/2014 Дели плюс | Чай с сахаром | 150 | | | 6,99 | 27,94 | | | | | | | | 0,21 | | | 0,02 | |
| 458/2011 Дели принт | Ватрушка с повидлом | 40 | 3,01 | 1,60 | 29,38 | 143,91 | 10,61 | 0,05 | 0,04 | 0,11 | 0,50 | | | 19,73 | 6,47 | 33,55 | 1,05 | |
| | 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: | | 470 | 20,54 | 12,82 | 85,48 | 539,44 | 50,91 | 0,27 | 0,25 | 32,65 | 5,03 | 2,48 | 1,98 | 126,99 | 91,36 | 205,94 | 3,64 | 7,12 |
| Итого: | | 1555 | 50,02 | 42,02 | 213,84 | 1 433,65 | 162,92 | 0,69 | 0,81 | 58,91 | 14,67 | 6,98 | 46,88 | 428,06 | 217,74 | 699,97 | 13,72 | 17,82 |



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

