**Меню приготавливаемых блюд**

**Возрастная категория: от 1 года до 3 лет / 3-7 лет /**

**На 01.10.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | | **Пищевые  вещества** | | | **Энергети-  ческая  ценность  (ккал)** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| **1 Неделя День 2** |  | ясли | сад |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Манно-творожна запеканка  Фруктовая подлива  Какао с молоком  Булка с маслом и сыром | 900  30  150  25/3/10 | 120  30  200  30/5/10 | 14,73  0,11  1,43  6,12 | 3,87  2,03  0,97  2,97 | 19,07  6,65  10,33  54,1 | 132  26,29  56  340 | 67  137  597  1 |
| **Итого за завтрак** |  | **412** |  | **28,16** | **24,47** | **84,02** | **707,29** |  |
| Второй завтрак: | Банан | 100 | 138 | 0,37 | - | 16,49 | 71,73 | 126 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  | **100** |  | **0,37** | **-** | **16,49** | **71,73** |  |
| Обед: | Салат из свеклы с зел. горош.  Суп гречневый с курами  Хлеб  Жаркое по-домаш. из кур.  Жаркое по-дом. из груд ц/б  Компот из сухофруктов | 60  150  25  140  150 | 60  200  35  160  200 | 1,08  4,03  3  10,6  10,6  0,13 | 3,04  5,9  0,5  10,5  10,5  0,08 | 1,04  8,16  22,16  30,45  30,5  14,1 | 26,8  103,49  94,5  171,6  171,6  1,6 | 7  80  2  282  282  376 |
| **Итого за обед** |  | **690** |  | **20,69** | **25,06** | **86,99** | **506,73** |  |
| Полдник: | Чай с лимоном  Булка  Пряник  Омлет  Хлеб | 150  25  80  20 | 200  55  80  20 | 6,1  2,3  3,5  14,2  3 | 5,44  1,2  2,4  3,2  0,5 | 10,10  27,2  36,1  10,5  22,16 | 113,34  104,8  286,4  189,2  94,5 | 400  147  114  35  2 |
| **Итого за полдник** |  | **430** |  | **14,7** | **16,62** | **61,99** | **430,58** |  |
| **Итого за день:** |  | **1632** |  | **64,11** | **64,13** | **248,5** | **1748,31** |  |