**Меню приготавливаемых блюд**

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

**На 04.10.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | | **Пищевые  вещества (г)** | | | **Энергети- ческая  ценность  (ккал)** | **N  рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  | |  |  |  |  |  |
| **1 Неделя День 5** |  | ясли | сад |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Гречка с маслом  Кофейный напиток  Булка с маслом | 110  150  25/3 | 120  200 30/5 | 8,55  1,22  6,12 | 7,23  0,73  2,97 | 41,17  12,39  54,1 | 270,5  58,86  340 | 44  361  1 |
| **Итого за завтрак** |  | **327** |  | **16,01** | **12,4** | **73,34** | **513,36** |  |
| Второй завтрак: | Сок грушевый | 90 | 95 | 0,3 | - | 16,5 | 68 | 433 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  | **100** |  | **0,3** | **-** | **16,5** | **68** |  |
| Обед: | Салат из свеж. огурцов  Суп гречневый с кур  Хлеб  Рисовое суфле с куриным мясом  Томатная подлива  Компот из яблок | 55 150  25  130  30  150 | 60  200  35  130  30 200 | 1,15  4,7  3  15,53  1,16  3,88 | 0,86  4,63  0,5  11,78  4,2  3,88 | 17,2  19,32  22,16  18,07  8,02  9,93 | 26,3  134,29  94,5  231,67  74,5  34,69 | 26  80  2  282  348  128 |
| **Итого за обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник: | Чай с лимоном  Пирожок с повидлом | 150  60 | 200  60 | 1,35  10,7 | 6,16  1,2 | 7,69  71,2 | 91,6  339 | 2  136 |
| **Итого за полдник** |  |  | |  |  |  |  |  |
| **Итого за   день:** |  | **1627** | | **75,77** | **62,63** | **295,78** | **1651,37** |  |