**Меню приготавливаемых блюд**

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

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | **Пищевые  вещества (г)** | | | **Энергети- ческая  ценность  (ккал)** | **N  рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **3 Неделя День 3** |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Манно – творожная запеканка с фруктовой подливой  Кофейный напиток  Булка с маслом,  сыром | 90/30  200  30/5  10 | 13,71  1,56  6,12  2,32 | 8,22  1,62  2,97  2,95 | 19,37  8,84  54,1  1,1 | 221,54  54,64  340  36,0 | 5  138  1  5 |
| **Итого за завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
| Второй завтрак: | Напиток из лимона | 100 | 0,4 | - | 11,5 | 47 | 134 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед: | Салат «Витаминный»  Суп рисовый с кур  Хлеб  Жаркое по-домашнему с мясом кур  Компот из яблок и изюма | 60  200  40  160  200 | 0,26  1,83  3  10,6  0,61 | 1,25  2,04  0,5  10,5  0,04 | 3,69  7,91  22,16  30,5  19,63 | 65,2  95,3  94,5  171,6  76,4 | 73  2  282  4/10 |
| **Итого за обед** |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник: | Чай с лимоном  Зефир | 200  200 | 0,76  1,56 | 6,09  1,33 | 3,38  7,09 | 69,3  46,67 | 6/4  395 |
| **Итого за полдник** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за   день:** |  | **1507** | **51,82** | **42,09** | **233,59** | **1516,73** |  |