**Меню приготавливаемых блюд**

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

**На 10.12.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | | **Пищевые  вещества (г)** | | | **Энергети- ческая  ценность  (ккал)** | **N  рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  | |  |  |  |  |  |
| **4 Неделя День 3** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Отварные колбаса  Вермишель с масл., том. подл.  Кофейный напиток  Булка с маслом | 90  110/30  150  25/3 | 100  120/30  200  30/3 | 6,35  5,4  1,22  6,12 | 5,75  3,2  0,73  2,97 | 5,75  23,7  12,39  54,1 | 78,50  44,8  58,86  340 | 79  48  361  1 |
| **Итого за завтрак** |  | **327** |  | **16,01** | **12,4** | **73,34** | **513,36** |  |
| Второй завтрак: | Напиток из лимонов | 100 | 100 | 0,3 | - | 16,5 | 68 | 433 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  | **30** |  | **0,3** | **-** | **16,5** | **68** |  |
| Обед: | Порционный соленый огурец  Щи из кур со сметаной  Хлеб  Жаркое по -домашнему  Компот из сухофруктов | 30  150  25  140  150 | 31  200  35  160  200 | 1,42  4,7  3  15,53  3,88 | 4,5  4,63  0,5  11,78  3,88 | 10,83  19,32  22,16  18,07  9,93 | 93,9  134,29  94,5  231,67  34,69 | 98  80  2  282  128 |
| **Итого за обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник: | Каша геркулесовая молочная  Какао с молоком  Булка | 150  150  25 | 200  200  30 | 1,35  5,4  6,12 | 6,16  3,4  2,97 | 7,69  7,2  54,1 | 91,6  26,4  340 | 2  17  1 |
| **Итого за полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за   день:** |  | **1627** |  | **75,77** | **62,63** | **295,78** | **1742,53** |  |