**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** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5 Неделя День 3** |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Рыбная котлета  с рисом,  томатной подливой | 60  120  30 | 13,66  0,04 | 9,04  - | 10,92  11,13 | 186,33  44,7 | 9  115 |
| Чай с лимоном | 200 | 2,1 | 1,81 | 8,64 | 59,33 | 397 |
| Булка с маслом и сыром | 30/5/8 | 2,3 | 1,2 | 27,2 | 340 | 1 |
| **Итого за завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
| Второй завтрак | Сок персиковый | 120 | 0,2 | 0,9 | 8,1 | 43 | 145 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед: | Ши из свежей капусты со сметаной  Хлеб  Биточки куриные  с макаронами  с томатной подливой  Компот из изюма и кураги | 200  40  80  120  30  200 | 2,08  3  7,1  5,7  1,16  3,88 | 0,92  0,5  7,22  4,82  4,2  3,88 | 5,2  22,16  9,46  27,45  8,02  8,93 | 50,39  94,5  158,43  180,34  74,5  34,96 | 37  2  76  67  348  12 |
| **Итого за обед** |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник | Какао с молоком  булка | 200  200  30 | 4,08  1,56  2,3 | 4,92  1,62  1,2 | 17,8  8,85  27,2 | 132  54,64  104,8 | 413  138  147 |
| **Итого за полдник** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за  день:** |  | **1677** | **50,21** | **46,06** | **237,1** | **1623,46** |  |