**Меню приготавливаемых блюд**

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

**На 12.11.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | | **Пищевые  вещества** | | | **Энергети  ческая  ценность  (ккал)** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  | |  |  |  |  |  |
| **2 Неделя День 2** |  | ясли | сад |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Рыбные котлеты  Рис  Томатная подлива  Какао с молоком  Булка с маслом | 60  110  30  150  25/3 | 60  120  30  200  30/5 | 16,08  3,9  1,16  1,56  10,0 | 17,42  4,1  4,2  1,33  10,14 | 12,92  20,84  8,02  7,09  51,43 | 274,17  138,25  74,5  46,67  261,43 | 255  13  7  395  1 |
| **Итого за завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Второй завтрак: | Яблоко | 100 | 108 | 0,3 | 0,2 | 16,3 | 68 | 399 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед: | Суп рыбный и консерв «Сайра»  Хлеб  Биточки куриные  Макароны, том. подлива  Компот из сухофруктов | 150  25  60  110/30  150 | 200  35  60  120/30  200 | 1,72  3  10  2,9  0,14 | 0,25  0,5  9,24  3,2  0,14 | 4,18  22,16  16,73  19,7  21,89 | 30,6  94,5  190  185,6  89,09 | 41  2  304  315  128 |
| **Итого за обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник: | Сырники  Фруктовая подлива  Чай с лимоном  Булка  Зефир | 100  30  150  25  50 | 115  30  200  30  51 | 15,51  0,56  0,3  2,3  3,5 | 10,52  0,04  0,01  1,2  2,4 | 9,46  8,51  5,66  27,2  36,1 | 194  34,68  18,67  104,8  287 | 75  119  136  147  14 |
| **Итого за полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого задень:** |  | **965** | **1315** | **63,27** | **56,79** | **225,73** | **1634,17** |  |