**Меню приготавливаемых блюд**

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

**На 14.06.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | **Пищевые  вещества (г)** | | | **Энергети- ческая  ценность  (ккал)** | **N  рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 Неделя День 4** |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Макароны с маслом и сыром  Чай с лимоном  Булка с маслом | 140  200  30/5 | 3,38  1,56  6,12 | 5,21  1,33  2,97 | 12,03  7,09  54,1 | 112,47  46,67  340 | 70  395  1 |
| **Итого за завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
| Второй завтрак: | Напиток яблочный | 100 | 0,6 | - | 41,09 | 171,78 | 4/12 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед: | Щи из морской капусты с  Хлеб  Рыбная котлета  Картофельное пюре  Компот из лимона | 200  35  60  140  200 | 1,87  3  5,15  2,17  0,13 | 0,85  0,5  5,33  3,12  0,08 | 6,09  22,16  8,68  5,36  14,1 | 39,41  94,5  106,15  82,6  1,6 | 46  2  63  58  376 |
| **Итого за обед** |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник: | Кофейный напиток  Булка, сыр | 200  30/10 | 0,11  4,62 | 2,03  2,95 | 6,65  28,3 | 26,29  140,8 | 137  147 |
| **Итого за полдник** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за   день:** |  | **1567** | **50,46** | **55,88** | **279,61** | **1617,33** |  |