**Меню приготавливаемых блюд**

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

**На 16.09.2024 г.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | | **Пищевые  вещества (г)** | | | **Энергети-  ческая  ценность  (ккал)** | **N  рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  | |  |  |  |  |  |
| **3 Неделя День 1** |  | ясли | сад |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Макароны с маслом и сыром  Чай с лимоном  Булка с маслом | 120  150  28/3 | 140  200  30/5 | 13,71  1,56  6,12 | 8,22  1,33  2,97 | 19,37  7,09  54,1 | 221,54  46,67  340 | 5  395  1 |
| **Итого за завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Второй завтрак: | Сок персиковый | 100 | 189 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 | 368 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед: | Суп гречневый с курами  Хлеб  Солянка с куриным мясом  Компот из яблок и кураги | 150  35  140  150 | 200  35  160  200 | 4,7  3  9,9  0,14 | 4,63  0,5  8,2  0,14 | 19,32  22,16  18,8  21,89 | 134,29  94,5  280  89,09 | 80  2  50  128 |
| **Итого за обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник: | Яйцо  Салат с зел. горошком и лук.  Хлеб Кофейный напит. с молоком  Булка | 1 шт  60  20  150  30 | 1 шт  60  20  150  30 | 12,7  1,57  2,1  4,62  2,32 | 11,5  5,08  1,81  2,95  2,95 | 0,7  3,9  8,64  28,3  1,1 | 157,5  67  59,33  140,8  36,0 | 559  12  397  147  102 |
| **Итого за полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за   день:** |  | **1577** |  | **49,85** | **35,55** | **230,63** | **1718,62** |  |