**Меню приготавливаемых блюд**

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

**18.07.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | **Пищевые  вещества (г)** | | | **Энергети-  ческая  ценность  (ккал)** | **N  рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **3 Неделя День 4** |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Рыбные котлеты  Рис с маслом  Том. подлива  Чай с лимоном  Булка с маслом и сыром | 60  140-130  30  200-150  30/5/10 | 13,71  2,43  2,5  1,56  6,12 | 8,22  3,58  3,39  1,33  2,97 | 19,37  24,46  9,63  7,09  54,1 | 221,54  139,8  84,21  46,67  340 | 5  315  59  395  1 |
| **Итого за завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
| Второй завтрак: | Сок яблочный | 107-106 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 | 368 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед: | Свекольник с курами и сметаной  Хлеб  Гуляш куриный  Макароны  Компот « Ассорти» | 200-150  35  70  140-130  200-150 | 4,7  3  5,15  3,66  0,14 | 4,63  0,5  5,33  2,81  0,14 | 19,32  22,16  8,67  17,58  21,89 | 134,29  94,5  106,15  110,32  89,09 | 80  2  63  317  128 |
| **Итого за обед** |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник: | Кисель Пряник | 200-150  47-46 | 2,1  4,62 | 1,81  2,95 | 8,64  28,3 | 59,33  140,8 | 397  147 |
| **Итого за полдник** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за   день:** |  | **1577** | **49,85** | **35,55** | **230,63** | **1682,71** |  |