**Меню приготавливаемых блюд**

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

**На 19.12.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | | **Пищевые  вещества (г)** | | | **Энергети- ческая  ценность  (ккал)** | **N  рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  | |  |  |  |  |  |
| **3 Неделя День 4** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Творожно-манная запеканка  Фруктовая подлива  Какао с молоком  Булка с маслом | 80  30  150  25/3 | 100  30  200  30/5 | 6,35  5,4  1,22  6,12 | 5,75  3,2  0,73  2,97 | 5,75  23,7  12,39  54,1 | 78,50  44,8  58,86  340 | 79  48  361  1 |
| **Итого за завтрак** |  | **327** |  | **16,01** | **12,4** | **73,34** | **513,36** |  |
| Второй завтрак: | Яблоко | 100 | 100 | 0,3 | - | 16,5 | 68 | 433 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  | **30** |  | **0,3** | **-** | **16,5** | **68** |  |
| Обед: | Суп гречневый с кур  Хлеб  Биточки куриные  Капуста тушеная  Компот из сухофруктов | 150  25  60  140  150 | 200  35  60  160  200 | 4,7  3  15,53  3,66  3,88 | 4,63  0,5  11,78  2,81  3,88 | 19,32  22,16  18,07  17,58  9,93 | 134,29  94,5  231,67  110,32  34,69 | 80  2  282  317  128 |
| **Итого за обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник: | Винегрет  Хлеб  Чай с лимоном  Булка | 150  20  150  25 | 170  20  200  30 | 5,4  3  0,3  6,12 | 1,32  0,5  0,01  3,4 | 7,2  22,16  5,66  54,1 | 26,4  94,5  18,67  340 | 17  2  136  1 |
| **Итого за полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за   день:** |  | **1627** |  | **75,77** | **62,63** | **295,78** | **1729,18** |  |