**Меню приготавливаемых блюд**

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

**На 20.03.2024г.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | **Пищевые  вещества (г)** | | | **Энергети- ческая  ценность  (ккал)** | **N  рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **3 Неделя День 3** |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Каша манная молочная  Чай с лимоном  Булка с маслом и сыром | 200  200  30/5/10 | 0,04  0,11  6,12 | 13,3  2,03  2,97 | 11,13  6,65  54,1 | 44,7  26,29  340 | 115  138  1 |
| **Итого за завтрак** |  | **397** | **27,28** | **20,62** | **84,38** | **680,99** |  |
| Второй завтрак: | Напиток из яблок и лимона | 100 | 0,6 | 0,2 | 8,4 | 38,4 | 368 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед: | Суп овощной с кур. и сметан.  Хлеб  Жаркое по-домашнему с мясом кур  Компот из сухофруктов | 200  30  170  200 | 3,74  3  5,31  0,15 | 3,36  0,5  5,43  - | 6,73  22,16  12,7  19,28 | 66,9  94,5  121,87  78,75 | 87  2  96  128 |
| **Итого за обед** |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник: | Кофейный напиток с молоком  Булка | 200  30 | 7,83  6,1 | 7,17  5,44 | 21,14  10,10 | 292,32  113,34 | 449  400 |
| **Итого за полдник** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за   день:** |  | **1637** | **69,98** | **57,42** | **262,26** | **1697,25** |  |