**Меню приготавливаемых блюд**

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

**На 20.05.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | **Пищевые  вещества (г)** | | | **Энергети-  ческая  ценность  (ккал)** | **N  рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **4 Неделя День 1** |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Отварные куры с гречкой и том. подл.  Чай с лимоном  Булка с маслом | 60/120  30  200  30/5 | 3,66  6,96  1,22  6,12 | 2,81  8,85  0,73  2,97 | 17,58  3,3  12,39  54,1 | 110,32  108  58,86  340 | 317  5  361  1 |
| **Итого за завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
| Второй завтрак: | Сок персиковый | 103 | 0,14 | 0,14 | 21,89 | 89,09 | 128 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  | **102** | **0,14** | **0,14** | **21,89** | **89,09** |  |
| Обед: | Салат с зел. горош.и луком Харчо с курами  Хлеб  Биточки куриные  Макароны  Компот из сухофруктов | 50  200  35  70  140  200 | 1,75  18,95  3  14,82  2,17  0,13 | 4,07  22,15  0,5  15,43  3,12  0,08 | 3,81  29,04  22,16  9,92  5,36  14,1 | 58,8  431,3  94,5  238,33  82,6  1,6 | 22  39  2  306  58  376 |
| **Итого за обед** |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник: | Кофейный напиток  Булка с повидлом | 200  30/17 | 1,56  2,3 | 1,33  1,2 | 7,09  27,2 | 46,76  104,8 | 395  147 |
| **Итого за полдник** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за   день:** |  | **1607** | **75,11** | **72,63** | **245,75** | **1684,36** |  |