**Меню приготавливаемых блюд**

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

**На 20.11.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | **Пищевые  вещества (г)** | | | **Энергети- ческая  ценность  (ккал)** | **N  рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **3 Неделя День 1** |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Сосиска отварная с  Вермишелью, томат. Подл.  Кофейный напиток с молоком  Булка с маслом и сыром | 50  100/30  200  30/7 | 11  3,66  0,11  6,12 | 13,9  2,81  2,03  2,97 | 14,4  17,58  6,65  54,1 | 260  110,32  26,29  340 | 275  204  138  1 |
| **Итого за завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
| Второй завтрак: | Мандарин | 100 | 3,33 | - | 11,23 | 45,33 | 134 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед: | Суп гречневый с кур  Хлеб  Плов с кур  Компот с/ф | 200  40  160  200 | 2,8  3  14,82  3,88 | 2,54  0,5  15,43  3,88 | 37,25  22,16  19,92  9,93 | 88,9  94,5  238,33  34,69 | 4/2  2  306  128 |
| **Итого за обед** |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник: | Винегрет  Хлеб  Чай с лимоном  Булка | 180  20  200  30 | 11  3,66  0,11  6,12 | 13,9  2,81  2,03  2,97 | 14,4  17,58  6,65  54,1 | 260  110,32  26,29  340 | 275  204  138  1 |
| **Итого за   день:** |  | **1492** | **60,09** | **58,88** | **278,66** | **1736,06** |  |