**Меню приготавливаемых блюд**

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

**На 21.03.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | **Пищевые  вещества (г)** | | | **Энергети- ческая  ценность  (ккал)** | **N  рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **3 Неделя День 4** |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Макароны с маслом и сахаром  Чай с лимоном  Булка с маслом, сыр | 120  200  30/5/11 | 17,2  0,11  6,12 | 15,6  2,03  2,97 | 4,2  6,65  54,1 | 209  26,29  340 | 99  138  1 |
| **Итого за завтрак** |  | **412** | **27,33** | **24,7** | **85,79** | **713,54** |  |
| Второй завтрак: | Сок яблочный | 104 | 3,33 | - | 11,23 | 45,33 | 134 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  | **100** | **3,33** | **-** | **11,23** | **45,33** |  |
| Обед: | Свекольник с курами и сметаной  Хлеб  Рыбные котлеты с  Рисом и том.подливой  Компот из яблок и кураги | 200  30  60  120/30  200 | 0,84  3  16,49  2,43  3,88 | 0,67  0,5  16,7  3,58  3,88 | 3,69  22,16  13,26  24,46  8,93 | 24,66  94,5  228,0  139,8  34,69 | 32  2  3/9  315  12 |
| **Итого за обед** |  | **100** | **3,33** | **-** | **11,23** | **45,33** |  |
| Полдник: | Кофейный напиток  Булка | 200  30 | 6,3  20,5 | 9,98  11,5 | 24,69  66 | 212,44  470 | 132  151 |
| **Итого за полдник** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за   день:** |  | 1467 | 70,13 | 67,11 | 213,56 | 1678,27 |  |