**Меню приготавливаемых блюд**

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

**На 21.5.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | **Пищевые  вещества (г)** | | | | **Энергети- ческая  ценность  (ккал)** | **N  рецептуры** |
| **Белки** | | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |
| **4 Неделя День 2** |  |  |  | |  |  |  |  |
| Завтрак: | Каша геркулесовая молочная  Какао с молоком  Булка с маслом и сыром | 200  200  30/5/10 | 3,49  1,22  6,12 | | 3,21  0,73  2,97 | 12,5  12,39  54,1 | 111,19  58,86  340 | 67  361  1 |
| **Итого за завтрак** |  |  |  | |  |  |  |  |
| Второй завтрак: | Сок яблочный | 103 | 0,4 | | 0,4 | 9,8 | 44 | 368 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  |  |  | |  |  |  |  |
| Обед: | Суп рыбный с конс. «Сайра»  Хлеб  Гуляш куриный  Рис  Компот из кураги и изюма | 200  35  60  140  200 | 1,54  3  16,08  2,17  0,13 | | 3,87  0,5  17,42  3,12  0,08 | 12,71  22,16  12,92  5,36  14,1 | 92,49  94,5  274,17  82,6  1,6 | 30  2  255  58  376 |
| **Итого за обед** |  |  |  | |  |  |  |  |
| Полдник: | Чай с лимоном  Вафли | 200  37 | 2,1  2,3 | 1,81  1,2 | | 8,64  27,2 | 59,33  104,8 | 397  147 |
| **Итого за полдник** |  |  |  | |  |  |  |  |
| **Итого за   день:** |  | **1507** | **58,44** | | **49,38** | **225,39** | **1621,84** |  |