**Меню приготавливаемых блюд**

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

**На 22.10.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | | **Пищевые  вещества** | | | **Энергети-  ческая  ценность  (ккал)** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| **4 Неделя День 2** |  | ясли | сад |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Творожно-манная запеканка  Фруктовая подлива  Какао с молоком  Булка с маслом и сыром | 80  30  150  25/3/10 | 110  30  200  30/5/10 | 14,73  0,93  1,43  6,12 | 3,87  0,04  0,97  2,97 | 19,07  13,37  10,33  54,1 | 132  57,08  56  340 | 67  120  597  1 |
| **Итого за завтрак** |  | **412** |  | **28,16** | **24,47** | **84,02** | **707,29** |  |
| Второй завтрак: | Сок мульти фруктовый | 100 | 100 | 0,37 | - | 16,49 | 71,73 | 126 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  | **118** |  | **0,37** | **-** | **16,49** | **71,73** |  |
| Обед: | Суп полевой с курами  Хлеб  Жаркое по-домашнему с кур.  Компот из сухофруктов | 150  25  140  150 | 200  35  160  200 | 4,03  3  10,6  0,13 | 5,9  0,5  10,5  0,08 | 8,16  22,16  30,5  14,1 | 103,49  94,5  171,6  1,6 | 80  2  282  376 |
| **Итого за обед** |  | **690** |  | **20,69** | **25,06** | **86,99** | **506,73** |  |
| Полдник: | Каша гречневая молочная  Булка  Кофейный напиток  Банан | 150  25  150 | 200  30  200  136 | 6,1  2,3  1,22  0,6 | 5,44  1,2  0,73  0,2 | 10,10  27,2  12,39  8,4 | 113,34  104,8  58,86  38,4 | 400  147  361  24 |
| **Итого за полдник** |  | **430** |  | **14,7** | **16,62** | **61,99** | **430,58** |  |
| **Итого за день:** |  | **1632** |  | **64,11** | **64,13** | **248,5** | **1781,64** |  |