**Меню приготавливаемых блюд**

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

**На 25.09.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | | **Пищевые  вещества (г)** | | | **Энергети- ческая  ценность  (ккал)** | **N  рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  | |  |  |  |  |  |
| **4 Неделя День 3** |  | ясли | сад |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Каша рисовая на молоке  Какао с молоком  Булка с маслом | 150  150  25/3 | 200  200  30/5 | 13,71  1,56  6,12 | 8,22  1,33  2,97 | 19,37  7,09  54,1 | 221,54  46,67  340 | 5  395  1 |
| **Итого за завтрак** |  |  |  | **22,63** | **13,52** | **119,61** | **643,52** |  |
| Второй завтрак: | Напиток яблочный | 100 | 100 | 0,6 | 0.2 | 18,4 | 38.4 | 368 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед: | Свежий огурец порционный  Суп овощной с курами и со сметаной  Хлеб  Макароны и том. подлива  Тефтели куриные  Компот из сухофруктов | 150  25  110/30  60  150 | 36  200  35  120/30  60  200 | 10  1,83  3  14,89  3,66  14,82  0,13 | 8,4  2,04  0,5  13,48  2,81  15,43  0,08 | 4  7,91  22,16  15,7  17,58  19,92  14,1 | 132  95,3  94,5  252,45  110,32  138,33  1,6 | 73  2  58  108  306  376 |
| **Итого за обед** |  |  |  | **29,85** | **24,5** | **63,87** | **575,85** |  |
| Полдник: | Молоко  Булка | 150  30 | 200  30 | 3,49  6,12 | 3,21  2,97 | 12,5  54,1 | 111,19  340 | 117  1 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за полдник** |  |  |  | **230,4** | **12,05** | **18,86** | **125,89** |  |
| **Итого за   день:** |  |  |  | **283,48** | **50,07** | **202,34** | **1704,26** |  |