**Меню приготавливаемых блюд**

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

**На 26.07.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | **Пищевые  вещества (г)** | | | **Энергети- ческая  ценность  (ккал)** | **N  рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **4 Неделя День 5** |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Каша геркулесовая молочная | 200-150 | 13,66 | 9,04 | 10,92 | 186,33 | 9 |
| Кофейный напиток | 200-150 | 2,1 | 1,81 | 8,64 | 59,33 | 397 |
| Булка с маслом. сыр | 30/5/9 | 6,12 | 2,97 | 54,1 | 340 | 1 |
| **Итого за завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
| Второй завтрак: | Напиток из яблок | 100 | 0,2 | 0,9 | 8,1 | 43 | 145 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед: | Свекла отварная  Суп картофельный с зел. горошком, с курами  Хлеб  Ленивые голубцы с кур. мясом  с томатной подливой  Компот из лимонов | 50  200-150  35  170-160  30  200 | 0,98  2,08  3  7,1  1,16  3,88 | 6,15  0,92  0,5  7,22  4,2  3,88 | 5,73  5,2  22,16  9,46  8,02  8,93 | 74,2  50,39  94,5  158,43  74,5  34,96 | 21  37  2  76  348  12 |
| **Итого за обед** |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник: | Чай с лимоном  Плюшка «Венская» | 200-150  50 | 1,56  2,3 | 1,62  1,2 | 8,85  27,2 | 54,64  104,8 | 138  147 |
| **Итого за полдник** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за  день:** |  | **1677** | **50,21** | **46,06** | **237,1** | **1718,46** |  |