**Меню приготавливаемых блюд**

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

**На 27.08.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | | **Пищевые  вещества** | | | **Энергети-  ческая  ценность  (ккал)** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| **4 Неделя День 2** |  | ясли | сад |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Сосиски  Гречка  Кофейный напиток с молоком  Булка с маслом и сыром | 80  120  150  30/5/10 | 90  130  200  30/5/10 | 3,66  2,17  1,56  6,12 | 2,81  3,12  1,62  2,97 | 17,58  5,36  8,84  54,1 | 110,32  82,6  54,64  340 | 317  58  138  1 |
| **Итого за завтрак** |  | **355** | **445** | **13,51** | **10,52** | **85,88** | **587,56** |  |
| Второй завтрак: | Сок | 102 | 103 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 | 368 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  | **102** | **103** | **0,4** | **0.4** | **9,8** | **44** |  |
| Обед: | Суп рисовый с курами  Хлеб  Котлета куриная  Котлета мяснаяс ту с тушеной свеклой  Компот из яблок и изюма | 150  26  50  160  150 | 200  35  50  180  200 | 4,03  3  10,6  1,63  0,13 | 5,9  0,5  10,5  3  0,08 | 8,16  22,16  30,5  8,17  14,1 | 103,49  94,5  171,6  68,54  1,6 | 80  2  282  61  376 |
| **Итого за обед** |  | **536** | **665** | **19,39** | **19,98** | **83,09** | **439,73** |  |
| Полдник: | Чай  Булка | 150  30 | 200  30 | 1,35  2,3 | 6,16  1,2 | 7,69  27,2 | 91,6  104,8 | 2  147 |
| **Итого за полдник** |  | **180** | **230** | **3,65** | **7,36** | **34,89** | **196,4** |  |
| **Итого за день:** |  | **1173** | **1443** | **36,95** | **38,26** | **213,66** | **1267,69** |  |