**Меню приготавливаемых блюд**

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

**На 17.07.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | **Пищевые  вещества (г)** | | | **Энергети- ческая  ценность  (ккал)** | **N  рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **3 Неделя День 3** |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Манно-творожная запеканка  Фруктовая подлива  Чай с лимоном  Булка с маслом и сыром | 100-90  30  200-150  30/5/10 | 13,71  1,24  1,56  6,12 | 8,22  1,03  1,33  2,97 | 19,37  2,42  7,09  54,1 | 221,54  35,31  46,67  340 | 5  395  1 |
| **Итого за завтрак** |  | **360** | **22,63** | **13,52** | **119,61** | **643,52** |  |
| Второй завтрак: | Напиток из кураги | 100 | 0,6 | 0.2 | 18,4 | 38.4 | 368 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед: | Салат из свежих огурцов  Рассольник «Ленинградский» с курами и со сметаной  Хлеб  Жаркое по - домашнему с куриным мясом  Компот из яблок | 40  200-150  35  180-170  200-150 | 10  1,83  3  14,89  0,13 | 8,4  2,04  0,5  13,48  0,08 | 4  7,91  22,16  15,7  14,1 | 132  95,3  94,5  252,45  1,6 | 73  2  58  376 |
| **Итого за обед** |  | **655** | **29,85** | **24,5** | **63,87** | **575,85** |  |
| Полдник: | Какао  Булка | 150  17 | 200  30 | 1,35  10,7 | 6,16  1,2 | 7,69  71,2 | 91,6  339 |
|  | Яблоко | 98 | 0,4 | - | 11,5 | 47 | 134 |
| **Итого за полдник** |  | **265** | **230,4** | **12,05** | **18,86** | **125,89** |  |
| **Итого за   день:** |  | **1280** | **283,48** | **50,07** | **202,34** | **1345,26** |  |