**Меню приготавливаемых блюд**

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

**На 29.10.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | | **Пищевые  вещества (г)** | | | **Энергети- ческая  ценность  (ккал)** | **N  рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  | |  |  |  |  |  |
| **5 Неделя День 2** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Каша геркулесовая с молоком Какао с молоком  Булка с маслом | 150  150  25/3 | 200  200  30/5 | 6,35  1,22  6,12 | 5,75  0,73  2,97 | 5,75  12,39  54,1 | 78,50  58,86  340 | 79  361  1 |
| **Итого за завтрак** |  |  |  | **16,01** | **12,4** | **73,34** | **513,36** |  |
| Второй завтрак: | Напиток яблочный  Бананы | 100  100 | 100  131 | 0,3  0,6 | -  0,2 | 16,5  8,4 | 68  38,4 | 433  118 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  |  |  | **0,3** | **-** | **16,5** | **68** |  |
| Обед: | Рассольник «Ленинградский» на к/б со сметаной  Хлеб  Биточки куриные  Свекла тушеная  Компот из изюма | 150  25  60  120  150 | 200  35  60  140  200 | 4,7  3  15,53  3,66  3,88 | 4,63  0,5  11,78  2,81  3,88 | 19,32  22,16  18,07  17,58  9,93 | 134,29  94,5  231,67  110,32  34,69 | 80  2  282  317  128 |
| **Итого за обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник: | Кофейный напиток  Булка | 150  25 | 200  30 | 0,4  0,6 | 0,73  0,2 | 7,94  8,4 | 32,0  38,4 | 54  1 |
| **Итого за полдник** |  |  | |  |  |  |  |  |
| **Итого за   день:** |  | **1627** | | **75,77** | **62,63** | **295,78** | **1592,83** |  |