**Меню приготавливаемых блюд**

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

**На 30.09.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | | **Пищевые  вещества (г)** | | | **Энергети- ческая  ценность  (ккал)** | **N  рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  | |  |  |  |  |  |
| **2 Неделя День 3** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Макароны с маслом  Кофейный напиток  Булка с маслом и сыром | 110  150  25/3 | 120  200  30/5/15 | 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** |  | **327** |  | **16,01** | **12,4** | **73,34** | **513,36** |  |
| Второй завтрак: | Напиток лимонный | 100 | 100 | 0,3 | - | 16,5 | 68 | 433 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  | **30** |  | **0,3** | **-** | **16,5** | **68** |  |
| Обед: | Харчо с курами  Биточки куриные  Тушеная капуста  Хлеб  Компот яблочный | 150  60  140  25  150 | 200  60  160  35  200 | 4,7  15,53  3,66  3  3,88 | 4,63  11,78  2,81  0,5  3,88 | 19,32  18,07  17,58  22,16  9,93 | 134,29  231,67  110,32  94,5  34,69 | 80  282  317  2  128 |
| **Итого за обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник: | Чай с лимоном  Булка  Мармелад | 150  22 | 200  30  37 | 1,35  10,7  0,4 | 6,16  1,2  - | 7,69  71,2  7,94 | 91,6  339  32,0 | 2  136  54 |
| **Итого за полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за   день:** |  | **1627** |  | **75,77** | **62,63** | **295,78** | **1627,13** |  |