**Меню приготавливаемых блюд**

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

**На 31.07.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | | **Пищевые  вещества (г)** | | | **Энергети- ческая  ценность  (ккал)** | **N  рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  | |  |  |  |  |  |
| **5 Неделя День 3** |  | ясли | сад |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Сырники с молочной подливой  Кофейный напиток  Булка с маслом и сыром | 85/30  150  30/5 | 90/30    200 30/5/10 | 13,71  1,56  6,12 | 8,22  1,62  2,97 | 19,37  8,84  54,1 | 221,54  54,64  340 | 5  138  1 |
| **Итого за завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Второй завтрак: | Банан |  |  | 0,4 | - | 11,5 | 47 | 134 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед: | Свежий огурец  Рассольник «Ленинградский» с курами и со сметаной  Хлеб  Тефтели куриные  Картофельное пюре  Томатная подлива  Компот из яблок | 150  35  50  160  30  150 | 44  200  35  50 170 30 200 | 1,75  1,83  3  10,6  5,79  1,16  0,61 | 4,07  2,04  0,5  10,5  0,62  4,2  0,04 | 3,81  7,91  22,16  30,5  16,36  8,02  19,63 | 58,8  95,3  94,5  171,6  92,07  74,05  76,4 | 22  73  2  282  161  4/10 |
| **Итого за обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник: | Кисель  Печенье | 150  23 | 200 26 | 0,76  2,3 | 6,09  1,2 | 3,38  27,2 | 69,3  104,8 | 6/4  147 |
| **Итого за полдник** |  |  | |  |  |  |  |  |
| **Итого за   день:** |  | **1507** | | **51,82** | **42,09** | **233,59** | **1732,17** |  |