**Меню приготавливаемых блюд**

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

**4.09.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | **Пищевые  вещества (г)** | | | **Энергети-  ческая  ценность  (ккал)** | **N  рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **1 Неделя День 4** |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Какао  Булка с маслом и сыром  Манно-творожная запеканка  Фруктовая подлива | 150  30/5-3/8  90-85  30 | 1,35  6,12  13,71  1,56 | 6,16  2,97  8,22  1,62 | 7,69  54,1  19,37  8,84 | 91,6  340  221,54  54,64 | 2  1  5  138 |
| **Итого за завтрак** |  | 300 | 22,74 | 18,97 | 90 | 707,78 |  |
| Второй завтрак: | Яблоко | 100 | 0,4 | - | 11,5 | 47 | 134 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  | 100 | 0,4 | - | 11,5 | 47 | 134 |
| Обед: | Рассольник с кур. и смет. | 200-150 | 18,95 | 22,15 | 29,04 | 431,3 | 39 |
|  | Шницель курино-говяж. | 60 | 10,6 | 10,5 | 30,5 | 171,6 | 282 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб | 35 | 3 | 0,5 | 22,16 | 94,5 | 2 |
|  | Свекла тушеная  Компот лимонный | 140-120  200-150 | 2,17  0,14 | 3,12  0,14 | 5,36  21,89 | 82,6  89,09 | 58  128 |
| **Итого за обед** |  | 635 | 34,86 | 36,41 | 108,95 | 869,09 |  |
| Полдник: | Колбаса отварная  Гречка  Том. Подлива  Чай с лимоном  Булка | 75  120-110  30  200-150  30 | 17,2  2,17  2,5  1,56  2,3 | 15,6  3,12  3,39  1,33  1,2 | 4,2  5,36  9,63  7,09  27,2 | 209  82,6  84,24  46,76  104,8 | 99  58  59  395  147 |
| **Итого за полдник** |  | 455 | 25,73 | 24,64 | 53,48 | 527,4 |  |
| **Итого за   день:** |  | **1490** | **83,73** | **80,02** | **263,93** | **2 151,27** |  |