**Меню приготавливаемых блюд**

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

**На 03.07.2025г.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | | **Пищевые  вещества** | | | **Энергети  ческая  ценность  (ккал)** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  | |  |  |  |  |  |
| **1 Неделя День 4** |  |  | |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Рыба под омлетом  Хлеб  Чай с лимоном  Булка с маслом и сыром | 90  20  200  30/5/10 | | 16,08  6,12  1,56  10,0 | 17,42  2,97  1,33  10,14 | 12,92  51,4  7,09  51,43 | 274,17  340  46,67  261,43 | 255  138  395  1 |
| **Итого за завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Второй завтрак: | Сок абрикосовый | 111 | | 0,3 | 0,2 | 16,3 | 68 | 399 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед: | Суп картофельный с зелен. горошком с кур  Хлеб  Биточки кур  Гречка с маслом  Томатная подлива  Компот яблочный | 200  35  60  120  30  200 | | 4,03  3  10  2,9  1,16  0,14 | 5,9  0,5  9,24  3,2  4,02  0,14 | 8,16  22,16  16,73  19,7  8,02  21,89 | 103,49  94,5  190  185,6  74,5  89,09 | 80  2  304  315  7  128 |
| **Итого за обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник: | Кисель  Булка | 200  30 | | 0,3  2,3 | 0,01  1,2 | 5,66  27,2 | 18,67  104,8 | 136  147 |
| **Итого за полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого задень:** |  | **1376** | | **58,61** | **56,27** | **268,66** | **1850,92** |  |