# Меню приготавливаемых блюд

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

**На 11.07.2025**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | **Пищевые  вещества (г)** | | | **Энергети- ческая  ценность  (ккал)** | **N  рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 Неделя День 5** |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Омлет  Хлеб  Коф.напиток с молоком  Булка с маслом | 90  20  200  33/5 | 16,08  3  1,56  10,0 | 17,42  0,5  1,33  10,14 | 12,92  22,16  7,09  51,43 | 274,17  94,5  46,67  261,43 | 255  2  395  1 |
| **Итого за завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
| Второй завтрак | Напиток из изюма | 100 | 0,2 | 0,9 | 8,1 | 43 | 145 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед: | Суп вермишелевый с кур  Хлеб  Жаркое по-домашнему с кур.  Компот из яблок | 200  35  180  200 | 4,03  3  10,6  0,13 | 5,9  0,5  10,5  0,08 | 8,16  22,16  30,5  14,1 | 103,49  94,5  171,6  1,6 | 80  2  282  376 |
| **Итого за обед** |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник | Чай с лимоном  Печенье «Овсяное» | 200  45 | 4,08  1,56 | 4,92  1,62 | 17,8  8,85 | 132  54,64 | 413  138 |
| **Итого за полдник** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за  день:** |  | **1390** | **55,08** | **51,88** | **192,78** | **1681,74** |  |