**Меню приготавливаемых блюд**

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

**На 13.02.2025г.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | **Пищевые  вещества (г)** | | | **Энергети- ческая  ценность  (ккал)** | **N  рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **4 Неделя День 3** |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Омлет  Чай с лимоном  Булка с маслом | 80  200  30/7 | 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** | **477,36** |  |
| Второй завтрак: | Сок персиковый | 100 | 0,3 | - | 16,5 | 68 | 433 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  | **100** | **0,3** | **-** | **16,5** | **68** |  |
| Обед: | Харчо с курами  Хлеб  Рыбные биточки с  макаронами,  с томатной подливой  Компот яблочный | 200  40  60  120  30  200 | 4,7  3  15,53  3,66  1,16  3,88 | 4,63  0,5  11,78  2,81  4,2  3,88 | 19,32  22,16  18,07  17,58  8,02  9,93 | 134,29  94,5  231,67  110,32  74,5  34,69 | 80  2  282  317  348  128 |
| **Итого за обед** |  |  |  |  |  | 679,97 |  |
| Полдник: | Кофейный напиток,  булка | 200  30 | 0,03  10,7 | 0,01  1,2 | 5,66  71,2 | 18,67  339 | 136 |
| **Итого за полдник** |  |  |  |  |  | 393,67 |  |
| **Итого за   день:** |  | **1627** | **75,77** | **62,63** | **295,78** | **1565** |  |