**Меню приготавливаемых блюд**

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

**На 15.05.2025**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | **Пищевые  вещества** | | | **Энергети-  ческая  ценность  (ккал)** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| **3 Неделя День 4** |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Рыба под омлетом  Кофейный напиток  Булка с маслом и сыром | 90  200  30/10/15 | 16,08  1,56  10,0 | 17,42  1,33  10,14 | 12,92  7,09  51,43 | 274,17  46,67  261,43 | 255  395  1 |
| **Итого за завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
| Второй завтрак: | Сок грушевый | 101 | 0,37 | - | 16,49 | 71,73 | 126 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед: | Салат из зелен. горошка с луком  Суп гречневый с курами  Хлеб  Жаркое по-домашнему с кур.  Компот из кураги | 50  200  35  180  200 | 1,08  4,03  3  10,6  0,13 | 3,04  5,9  0,5  10,5  0,08 | 1,04  8,16  22,16  30,5  14,1 | 26,8  103,49  94,5  171,6  1,6 | 7  80  2  282  376 |
| **Итого за обед** |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник: | Чай с лимоном  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 за день:** |  | **1346** | **49,45** | **50,12** | **196,75** | **1676,31** |  |