**Меню приготавливаемых блюд**

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

**На 22.01.2025**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | | **Пищевые  вещества (г)** | | | **Энергети- ческая  ценность  (ккал)** | **N  рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **4 Неделя День 3** |  | ясли | сад |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Творожно-манная запеканка  Фруктовая подлива  Кофейный напиток с молоком  Булка с маслом | 90  30  150  25/3 | 115  30  200  30/5 | 6,35  1,2  1,22  6,12 | 5,75  2,4  0,73  2,97 | 5,75  5,1  12,39  54,1 | 78,50  14,3  58,86  340 | 79  17  361  1 |
| **Итого за завтрак** |  | **327** |  | **16,01** | **12,4** | **73,34** | **513,36** |  |
| Второй завтрак: | Яблоко | 50 | 110 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 | 368 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  | **107** |  | **0,3** | **-** | **16,5** | **68** |  |
| Обед: | Рассольник «Ленинградский» с кур. и сметаной  Хлеб  Оладьи печеночные  Рис с масл., том. подлива  Компот «Ассорти» | 150  25  60  110/30  150 | 200  35  60  120/30  200 | 4,7  3  15,53  3,66  3,88 | 4,63  0,5  11,78  2,81  3,88 | 19,32  22,16  18,07  17,58  9,93 | 134,29  94,5  231,67  110,32  34,69 | 80  2  282  317  128 |
| **Итого за обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник: | Чай с лимоном  Булка | 150  25 | 200  30 | 1,35  10,7 | 6,16  1,2 | 7,69  71,2 | 91,6  339 | 2  136 |
| **Итого за полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за   день:** |  | **1627** |  | **75,77** | **62,63** | **295,78** | **1692,63** |  |