**Меню приготавливаемых блюд**

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

**На 23.01.2025**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | | **Пищевые  вещества** | | | **Энергети  ческая  ценность  (ккал)** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  | |  |  |  |  |  |
| **4 Неделя День 4** |  | ясли | сад |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Рыба под омлетом  Хлеб  Чай с лимоном  Булка с маслом | 60  20  150  25/3 | 90  20  200  30/5 | 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 | 100 | 0,3 | 0,2 | 16,3 | 68 | 399 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед: | Соленый огурец  Суп гречневый с кур.  Хлеб  Рулет куриный с овощами  Тушеный картофель  Сок абрикосовый | 20  150  25  70  120  100 | 32  200  35  70  140  130 | 1,72  1,72  3  10  2,9  0,14 | 6,9  0,25  0,5  9,24  3,2  0,14 | 5,36  4,18  22,16  16,73  19,7  21,89 | 86,4  30,6  94,5  190  185,6  89,09 | 428  41  2  304  304  315 |
| **Итого за обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник: | Суп вермишелевый молочный  Кофейный напиток  Булка | 150  60  25 | 200  60  30 | 0,3  2,3  10 | 0,01  1,2  10,14 | 5,66  27,2  51,43 | 18,67  104,8  261,43 | 136  147  1 |
| **Итого за полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого задень:** |  | **965** | **1315** | **63,27** | **56,79** | **225,73** | **1748,25** |  |