**Меню приготавливаемых блюд**

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

**На 24.01.2025**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | | **Пищевые  вещества (г)** | | | **Энергети- ческая  ценность  (ккал)** | **N  рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  | |  |  |  |  |  |
| **4 Неделя День 5** |  | ясли | сад |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Макароны с маслом и сыром  Макароны с маслом  Чай  Булка с маслом | 110  150  25/3 | 130  200  30/5 | 6,35  6,35  1,22  6,12 | 5,75  5,75  0,73  2,97 | 5,75  5,75  12,39  54,1 | 78,50  78,50  58,86  340 | 84  79  361  1 |
| **Итого за завтрак** |  |  |  | **16,01** | **12,4** | **73,34** | **513,36** |  |
| Второй завтрак: | Напиток из лимонов | 100 | 100 | 0,3 | - | 16,5 | 68 | 433 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  |  |  | **0,3** | **-** | **16,5** | **68** |  |
| Обед: | Суп картофельный с кур. и зеленым горошком  Хлеб  Гуляш куриный  Рис с маслом  Компот из сухофруктов | 150  25  70  110  150 | 200  35  70  120  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: | Йогурт  Пирожок с повидлом | 100  60 | 165  60 | 0,4  5,14 | 0,73  2,14 | 7,94  41,86 | 32,0  214,43 | 54  2 |
| **Итого за полдник** |  |  | |  |  |  |  |  |
| **Итого за   день:** |  | **1627** | | **75,77** | **62,63** | **295,78** | **1641,87** |  |