**Меню приготавливаемых блюд**

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

**На 28.07.2025**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | | **Пищевые  вещества** | | | **Энергети  ческая  ценность  (ккал)** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  | |  |  |  |  |  |
| **5 Неделя День 1** |  |  | |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Колбаса отварная  Гречка с маслом  Томатная подлива  Чай с лимоном  Булка с маслом | 103  120  30  200  30/5 | | 3,66  14,73  1,26  1,56  10 | 2,81  3,87  4,02  1,33  10,14 | 17,58  19,07  8,02  7,09  51,43 | 110,32  132  74,5  46,67  261,43 | 317  67  7  395  1 |
| **Итого за завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Второй завтрак: | Сок яблочный | 105 | | 0,3 | 0,2 | 16,3 | 68 | 399 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  |  | |  |  |  |  |  |
| Обед: | Щи с кур  Хлеб  Куриный рулет с яйцом  Рис с маслом  Томатная подлива  Компот яблочный | 200  35  70  120  30  200 | | 1,54  3  16,08  4,8  1,16  0,14 | 3,87  0,5  17,42  1,0  4,2  0,14 | 12,71  22,16  12,92  16,2  8,02  21,89 | 92,49  94,5  274,17  83,2  74,5  89,09 | 30  2  255  24  7  128 |
| **Итого за обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник: | Кисель  Булка | 200  30 | | 2,1  2,3 | 1,81  1,2 | 8,64  27,2 | 59,33  104,8 | 397  147 |
| **Итого за полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого задень:** |  | **1450** | | **43,61** | **23,39** | **215,63** | **1630,98** |  |