# Меню приготавливаемых блюд

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

**На 30.07.2025**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | **Пищевые  вещества (г)** | | | **Энергети- ческая  ценность  (ккал)** | **N  рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5 Неделя День 3** |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Каша молочная «Дружба» | 200 | 13,66 | 9,04 | 10,92 | 186,33 | 9 |
| Коф.напиток с молоком | 200 | 2,1 | 1,81 | 8,64 | 59,33 | 397 |
| Булка с маслом | 30/5/10 | 6,12 | 2,97 | 54,1 | 340 | 1 |
| **Итого за завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
| Второй завтрак | Сок грушевый | 100 | 0,2 | 0,9 | 8,1 | 43 | 145 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед: | Суп гречневый с кур  Хлеб  Жаркое по-домашнему с кур.  Компот яблочный | 200  35  180  200 | 4,03  3  10,6  0,13 | 5,9  0,5  10,5  0,08 | 8,16  22,16  30,5  14,1 | 103,49  94,5  171,6  1,6 | 80  2  282  376 |
| **Итого за обед** |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник | Кисель  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:** |  | **1420** | **45,91** | **38,93** | **250,21** | **1598,31** |  |