**Меню приготавливаемых блюд**

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

**На 18.12.2023**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | **Пищевые  вещества (г)** | | | **Энергети-  ческая  ценность  (ккал)** | **N  рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **3 Неделя День 1** |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Макаронами с тертым сыром  Чай с лимоном  Булка с маслом | 120  80  200  30/5 | 3,66  6,96  1,22  6,12 | 2,81  8,85  0,73  2,97 | 17,58  3,3  12,39  54,1 | 110,32  108  58,86  340 | 317  5  361  1 |
| **Итого за завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
| Второй завтрак: | Напиток из кураги и изюма | 100 | 0,14 | 0,14 | 21,89 | 89,09 | 128 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  | **100** | **0,14** | **0,14** | **21,89** | **89,09** |  |
| Обед: | Салат сельдь с луком  Суп крестьянский с курами  Хлеб  Биточки куриные  с картофельным пюре  Компот из сухофруктов | 30  200  40  60  140  200 | 10  18,95  3  14,82  2,17  0,13 | 8,4  22,15  0,5  15,43  3,12  0,08 | 4,0  29,04  22,16  9,92  5,36  14,1 | 132  431,3  94,5  238,33  82,6  1,6 | 32  39  2  306  58  376 |
| **Итого за обед** |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник: | Пряник  Какао с молоком  Булка | 44  200  30 | 4,08  1,56  2,3 | 4,92  1,33  1,2 | 17,8  7,09  27,2 | 132  46,76  104,8 | 413  395  147 |
| **Итого за полдник** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за   день:** |  | **1607** | **75,11** | **72,63** | **245,75** | **1970,16** |  |