**Меню приготавливаемых блюд**

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

**На 28.12.2023**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | **Пищевые  вещества (г)** | | | **Энергети-  ческая  ценность  (ккал)** | **N  рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **4 Неделя День 4** |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Каша геркулесовая на молоке  Кофейный напиток  Булка с маслом | 200  200  30/5 | 1,16  0,11  6,12 | 4,2  2,03  2,97 | 8,02  6,65  54,1 | 74,5  26,29  340 | 348  137  1 |
| **Итого за завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
| Второй завтрак: | Яблоко | 100 | 3,33 | - | 11,23 | 45,33 | 134 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед: | Салат картофельный с луком  Борщ с курами, сметаной  Хлеб  Куры отварные  с макаронами и том.подл.  Компот с сухофруктами | 50  200  40  70  120/30  200 | 1,54  3  5,15  2,17  0,61 | 3,87  0,5  5,33  3,12  0,04 | 12,71  22,16  8,67  5,36  19,63 | 92,49  94,5  106,15  82,6  76,4 | 30  2  63  58  4/10 |
| **Итого за обед** |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник: | Йогурт  Булка | 153  30 | 1,56  2,3 | 1,33  1,2 | 7,09  27,2 | 46,67  104,8 | 395  147 |
| **Итого за полдник** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за  день:** |  | **1657** | **50,51** | **55,88** | **237,03** | **1683,17** |  |