**Меню приготавливаемых блюд**

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

**10.01.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | **Пищевые  вещества (г)** | | | **Энергети-  ческая  ценность  (ккал)** | **N  рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **1 Неделя День 3** |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Ленивые вареники с маслом  Кофейный напиток  Булка с маслом | 120  200  30/7 | 13,71  1,56  6,12 | 8,22  1,33  2,97 | 19,37  7,09  54,1 | 221,54  46,67  340 | 5  395  1 |
| **Итого за завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
| Второй завтрак: | Банан | 120 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 | 368 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед: | Суп гречневый с курами  Хлеб  Солянка с мясом кур  Компот с сухофруктами | 200  40  170  200 | 4,7  3  9,9  0,14 | 4,63  0,5  8,2  0,14 | 19,32  22,16  18,8  21,89 | 134,29  94,5  280  89,09 | 80  2  50  128 |
| **Итого за обед** |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник: | Чай с лимоном Булка | 200  30 | 2,1  4,62 | 1,81  2,95 | 8,64  28,3 | 59,33  140,8 | 397  147 |
| **Итого за полдник** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за   день:** |  | **1577** | **49,85** | **35,55** | **230,63** | **1578,92** |  |