**Меню приготавливаемых блюд**

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

**25.01.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | | **Пищевые  вещества** | | | **Энергети  ческая  ценность  (ккал)** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  | |  |  |  |  |  |
| **4 Неделя День 5** |  | 1-3 года | 3-7  лет |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Омлет  Кофейный напиток с молоком  Булка с маслом, | 90  200  30/5 | 90  200  30/5 | 7,85  1,56  10,0 | 9,06  1,33  10,14 | 3,21  7,09  51,43 | 153,33  159,56  185,40 | 79  395  1 |
| **Итого за завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Второй завтрак: | Напиток изюм с курагой | 100 | 100 | 0,3 | 0,2 | 16,3 | 68 | 399 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед: | Свекольник с курами, со сметаной  Хлеб  Котлета рыбная с  картофельным пюре  Компот из сухофруктов | 200  30  50  140  200 | 1,87  3  5,15  2,17  0,13 | 0,85  0,5  5,33  3,12  0,08 | 6,09  22,16  8,68  5,36  14,1 | 46  2  63  58  376 | 78,82  94,5  274,17  115,64  3,2 | 200  40  70  140  200 |
| **Итого за обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник: | Чай с лимоном  Булка,  вафли | 200  30  31 | 200  30  27 | 0,3  2,3  0,84 | 0,01  1,2  1,66 | 5,66  27,2  38,66 | 52,58  64,33  32,92 | 136  147 |
| **Итого за полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого задень:** |  | **965** | **1315** | **63,27** | **56,79** | **225,73** | **1540,22** |  |