**Меню приготавливаемых блюд**

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

**На 09.02.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | **Пищевые  вещества (г)** | | | **Энергети- ческая  ценность  (ккал)** | **N  рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 Неделя День 5** |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Каша гречневая с маслом и сахаром  Чай с лимоном  Булка с маслом | 120  200  30/5 | 13,66  1,22  6,12 | 9,04  0,73  2,97 | 10,92  12,39  54,1 | 186,33  58,86  340 | 9  361  1 |
| **Итого за завтрак** |  | **387** | **21,06** | **12,74** | **88,54** | **398,86** |  |
| Второй завтрак: | Сок персиковый | 100 | 3,88 | 3,88 | 8,93 | 34,69 | 547 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  | **100** | **3,88** | **3,88** | **8,93** | **34,69** |  |
| Обед: | Харчо с курами  Хлеб  Шницель куриный с  Макаронами и том.подл.  Компот из св. яблок | 200  30  70  120/30  200 | 3,14  3  15,52  2,12  0,15 | 6,32  0,5  11,78  4,48  - | 11,5  22,16  18,07  8,65  19,28 | 93,53  94,5  231,67  79,8  78,75 | 632  2  282  50  128 |
| **Итого за обед** |  | **640** | **23,93** | **23,08** | **79,66** | **578,25** |  |
| Полдник: | Булка  Кефир | 30  154 | 5,2  2,9 | 2  2,5 | 60,3  5,2 | 279,7  50,67 | 451  401 |
| **Итого за полдник** |  | **255** | **8,1** | **4,5** | **65,5** | **330,37** |  |
| **Итого за   день:** |  | 1427 | 60,51 | 52,25 | 243,23 | 1661,01 |  |