# Меню приготавливаемых блюд на 20.05.

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

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | **Пищевые  вещества (г)** | | | **Энергети- ческая  ценность  (ккал)** | **N  рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **3 Неделя День 4** |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Каша геркулесовая молочная  Какао с молоком  Булка с маслом | 200  200  30/7 | 4.08  2.1  6.12 | 4.92  1.81  2.97 | 17.8  8.64  54.1 | 132  59.33  340 | 413  397  1 |
| **Итого за завтрак** |  | **437** | **12.3** | **9.7** | **80.54** | **531.33** |  |
| Второй завтрак: | Напиток из кураги и изюма | 100 | 0.6 | - | 41.09 | 171.78 | 500 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  | **100** | **0.6** | **-** | **41.09** | **171.78** | **500** |
| Обед: | Салат из свеклы с луком  Суп картофельный с клецками  Хлеб  Суфле куриное с  рисом,  томатной подливой  Компот «Ассорти» | 50  200  40  60  120  30  200 | 1.42  0.82  3  16.47  2.43  1.16  3.88 | 6.09  1.24  0.5  17.33  3.58  4.2  3.88 | 8.36  12.03  22.16  23.07  24.46  8.02  9.93 | 93.9  94.6  94.5  233.33  139.8  74.5  34.69 | 20  85  2  505  315  348  128 |
| **Итого за обед** |  | **700** | **29.18** | **36.82** | **108.03** | **765.32** |  |
| Полдник: | Рыба  под маринадом  Чай,  булка | 150  200  30 | 6.6  0.03  2.3 | 7.8  0.01  1.2 | 4.92  5.66  27.2 | 123.67  18.66  104.8 | 96  136  147 |
| **Итого за полдник** |  | **380** | **8.93** | **9.01** | **37.78** | **247.13** |  |
| **Итого за   день:** |  | **1617** | **51.01** | **55.53** | **267.44** | **1715.56** |  |