**Меню приготавливаемых блюд**

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

**На 08.12.2023**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | **Пищевые  вещества (г)** | | | **Энергети- ческая  ценность  (ккал)** | **N  рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 Неделя День 5** |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Рыба, запеченная под омлетом  Хлеб  Чай с лимоном  Булка с маслом | 100  20  200  30/7 | 2,17  1,5  1,56  6,12 | 3,12  0,25  1,62  2,97 | 5,36  11,08  8,85  54,1 | 82,6  47,25  54,64  340 | 58  2  138  1 |
| **Итого за завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
| Второй завтрак: | Сок персиковый | 100 | 3,33 | - | 11,23 | 45,33 | 134 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед: | Суп гороховый с курями  Хлеб  Плов с куриным мясом  Компот из кураги и яблока | 200  30  170  200 | 0,84  3  2,91  0,61 | 0,67  0,5  4,28  0,04 | 3,69  22,16  28,26  19,63 | 24,66  94,5  266,8  76,4 | 32  2  315  4/10 |
| **Итого за обед** |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник: | Снежок  Булка | 200  30 | 3,3  2,3 | 4,5  1,2 | 10,32  27,2 | 93,52  104,8 | 35  147 |
| **Итого за полдник** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за   день:** |  | **1697** | **60,53** | **53,7** | **299,29** | **1975,5** |  |