**Меню приготавливаемых блюд**

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

**На 30.01.2024г.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | | **Пищевые  вещества** | | | **Энергети  ческая  ценность  (ккал)** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  | |  |  |  |  |  |
| **5 Неделя День 2** |  | 1-3 года | 3-7  лет |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Манно-творожная запеканка с фрук. подл.  Чай с лимоном  Булка с маслом, | 110/30  150  30/5 | 110/30  200  30/5 | 7,85  1,56  10,0 | 9,06  1,33  10,14 | 3,21  7,09  51,43 | 124,93  46,67  261,43 | 79  395  1 |
| **Итого за завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Второй завтрак: | Сок апельсиновый | 100 | 100 | 0,3 | 0,2 | 16,3 | 68 | 399 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед: | Суп овощной с курами и смет.  Хлеб  Плов с куриным мясом  Компот из яблок и изюма | 150  30  160  150 | 200  30  170  200 | 1,72  3  10  0,14 | 0,25  0,5  9,24  0,14 | 4,18  22,16  16,73  21,89 | 61,2  94,5  285  89,09 | 41  2  304  128 |
| **Итого за обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник: | Чай с лимоном  Булка | 150  30 | 200  30 | 0,3  2,3 | 0,01  1,2 | 5,66  27,2 | 18,67  104,8 | 136  147 |
| **Итого за полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого задень:** |  | **965** | **1315** | **63,27** | **56,79** | **225,73** | **1540,22** |  |