**Меню приготавливаемых блюд**

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

**На 21.02.2024г.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | **Пищевые  вещества (г)** | | | **Энергети- ческая  ценность  (ккал)** | **N  рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **4 Неделя День 3** |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Омлет  Хлеб  кофейный напиток с молоко  Булка с маслом | 90  20  200  30/5 | 18,69  0,04  0,11  6,12 | 12,67  -  2,03  2,97 | 11,4  11,13  6,65  54,1 | 234  44,7  26,29  340 | 6  115  138  1 |
| **Итого за завтрак** |  | **397** | **27,28** | **20,62** | **84,38** | **680,99** |  |
| Второй завтрак: | Напиток из лимонов | 100 | 0,6 | 0,2 | 8,4 | 38,4 | 368 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед: | Соленый огурец  Суп гречневый с кур  Хлеб  Жаркое по-домашнему с мясом кур  Компот из яблок и изюма | 250  200  30  180  200 | 1,54  3,74  3  5,31  0,15 | 4,5  3,36  0,5  5,43  - | 10,83  6,73  22,16  12,7  19,28 | 88,33  66,9  94,5  121,87  78,75 | 7  87  2  96  128 |
| **Итого за обед** |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник: | Кисель  Булка | 200  30 | 7,83  6,1 | 7,17  5,44 | 21,14  10,10 | 292,32  113,34 | 449  400 |
| **Итого за полдник** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за   день:** |  | **1637** | **69,98** | **57,42** | **262,26** | **1628,85** |  |