

**Меню приготавливаемых блюд
на «11» сентября 2024 года**

Возрастная категория: 1.6-3 лет и 3 - 7 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда 1.6-3 | Вес блюда 3-7 | Пищевые вещества(гр.) | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------------------|---|-----------------|---------------|-----------------------|------------|---------------|-------------------------|-----------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| завтрак | Каша манная молочная с маслом | 150 | 200 | 7.1/7.5 | 4.4/7 | 17.9/25.5 | 145/195 | |
| | Чай с молоком | 180 | 200 | 0.12/2.12 | _____ | 6.8/10.8 | 28.6/58.6 | |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 25 | 1.08 | 2.2/1.2 | 15.8 | 61.8 | Гост 26987-86 |
| | Масло сливочное | 5 | 5 | 0.1 | 3.8 | 0.1 | 44.6 | Гост 32261-2013 |
| Итого за завтрак | | 360 | 430 | 8.4/10.8 | 9.4/12 | 40.6/52.2 | 280/360 | |
| 2 завтрак | Сок фруктовый | 150 | 200 | 2.1/2.7 | 0.1/0.8 | 10.15/13.05 | 70/90 | Гост 32103-2013 |
| Итого за второй завтрак | | 150 | 200 | 2.1/2.7 | 0.1/0.8 | 10.15/13.05 | 70/90 | |
| обед | Салат из свеклы с растительным маслом | 40 | 60 | 2.6/3.5 | 6.7/7.8 | 9/15 | 80/135 | №4/6 |
| | Суп вермишелевый на мясокостном бульоне | 150 | 200 | 2.92/3.92 | 1.45/3.9 | 13.55/18.05 | 115.5/128.2 | №38 |
| | Рыба тушеная с овощами | 60 | 80 | 4.9/5 | 8.3/9.5 | 7.55/11.55 | 105.9\128.9 | №14 |
| | Картофельное пюре | 110 | 150 | 2.5/4.2 | 1.6 | 18.1/23.45 | 95.6/110.6 | №10 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 25 | 1.08 | 1.2 | 15.8 | 61.8 | Гост 26987-86 |
| | Компот | 180 | 200 | 0.7/1.2 | _____ | 7.05/7.5 | 31.2/65.5 | №7 |
| Итого за обед | | 565 | 715 | 14.7/18.9 | 19.25/23 | 71.05/91.35 | 490/630 | |
| полдник | Творожная запеканка | 50 | 50 | 3.5 | 2 | 15.3 | 107.5 | №11/5 |
| | Молоко | 150 | 200 | 2.8/4.6 | 5.05/7 | 15.15/23.85 | 102.5/107.5 | Гост 31450-2013 |
| Итого за полдник | | 200 | 250 | 6.3/8.1 | 7.05/9 | 30.45/39.15 | 210/270 | |
| Итого за день: | | 1315 | 1645 | 31.48/40.5 | 35.25/45.6 | 152.25/195.75 | 1050/1350 | |

