

**Меню приготавливаемых блюд  
на «26» августа 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 полевая с маслом   | 150             | 200           | 5.5/7.9                | 2.7/5.3            | 18.2/27.8            | 118.9/188.9             | №39             |
|                                | Чай с сахаром           | 180             | 200           | 0.12                   | _____              | 6.4/8.4              | 28.6/38.6               | №27             |
|                                | Хлеб пшеничный          | 25              | 25            | 1.08                   | 1.2                | 15.8                 | 61.8                    | Гост 26987-86   |
|                                | Масло сливочное         | 5               | 5             | 1.6                    | 1.7                | 0.1                  | 26.1                    | Гост 32261-2013 |
| <b>Итого за завтрак</b>        |                         | <b>360</b>      | <b>430</b>    | <b>8,4/10,8</b>        | <b>9,4/12</b>      | <b>40,6/52,2</b>     | <b>280/360</b>          |                 |
| 2 завтрак                      | <i>Сок фруктовый</i>    | 150             | 200           | 2.1/2.7                | 0.1/0.8            | 10.15/13.05          | 70/90                   | Гост 32103-2013 |
| <b>Итого за второй завтрак</b> |                         | <b>150</b>      | <b>200</b>    | <b>2.1/2.7</b>         | <b>0.1/0.8</b>     | <b>10.15/13.05</b>   | <b>70/90</b>            |                 |
| обед                           | Овощной салат с маслом  | 40              | 60            | 2.7/3.9                | 0.1/1.5            | 12/15                | 79.3/120.5              |                 |
|                                | Суп рыбный из консервов | 150             | 200           | 7.82/8.82              | 8.1/9.6            | 6.8/17.55            | 122.4/160               | №4              |
|                                | Манты                   | 150             | 200           | 2.4/3.9                | 9.25/10.5          | 29.4/35.5            | 195.3/222.2             | №64             |
|                                | Хлеб пшеничный          | 25              | 25            | 1.8                    | 1.2                | 15.8                 | 61.8                    | Гост 26987-86   |
|                                | Компот из сухофруктов   | 180             | 200           | 0.7/1.2                | _____              | 7.05/7.5             | 31.2/65.5               | №7              |
| <b>Итого за обед</b>           |                         | <b>545</b>      | <b>685</b>    | <b>14.7/18.9</b>       | <b>18.65/22.8</b>  | <b>71.05/91.35</b>   | <b>490/630</b>          |                 |
| полдник                        | Творожное печенье       | 50              | 50            | 3.5                    | 2                  | 15.3                 | 107.5                   | №34             |
|                                | Молоко                  | 150             | 200           | 2.8/4.6                | 5.05/7             | 15.15/23.85          | 102.5/162.5             | Гост 31450-2013 |
| <b>Итого за полдник</b>        |                         | <b>200</b>      | <b>250</b>    | <b>6.3/8.1</b>         | <b>7.05/9</b>      | <b>30.45/39.15</b>   | <b>210/270</b>          |                 |
| <b>Итого за день:</b>          |                         | <b>1255</b>     | <b>1565</b>   | <b>31.5/40.5</b>       | <b>35.25/45.85</b> | <b>152.25/195.75</b> | <b>1050/1350</b>        |                 |

