

**Меню приготавливаемых блюд
на «30» 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 «Дружба» | 150 | 200 | 6.7/7.8 | 4.4/7 | 17.9/25.2 | 125/158 | №23 |
| | Какао | 180 | 200 | 0.5/1.82 | _____ | 6.8/11.1 | 48.6/95.6 | №8 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 25 | 1.08 | 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 моркови | 40 | 60 | 0.5/1.5 | 0.5 | 6.3/9.3 | 57/89 | №45 |
| | Щи из свежей капусты с картофелем на мясокостном бульоне | 150 | 200 | 3.8/4.8 | 10.5/12.5 | 29.4/36.25 | 125.4/135.5 | №2 |
| | Тефтели, соус | 60/25 | 80/25 | 4.8/5.9 | 6.1/7 | 7.65/13.65 | 98\117.5 | №12/34 |
| | Гречневая каша | 120 | 150 | 2.77/2.92 | 1 | 1.9/3.9 | 82.9/95.2 | №21 |
| | 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 | | 600 | 740 | 14.7/18.9 | 20.1/23 | 71.05/91.35 | 490/630 | |
| полдник | Печенье | 50 | 50 | 3.5 | 2 | 15.3 | 107.5 | №11/5 |
| | Ряженка | 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: | | 1310 | 1620 | 31.48/40.5 | 36.65/44.8 | 152.25/195.75 | 1050/1350 | |