**Меню по СанПиНу 2.3\2.4.3590-20**

**Приготавливаемых блюд**

**Возрастная категория 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества** | **Энергетическая ценность** | **№ рецептуры** |
| Белки | Жиры | Углеводы |
| *Неделя 2**День 1**05.04.2021* | **C:\Users\Nout9\Desktop\WhatsApp Image 2021-04-05 at 16.37.48.jpeg** |  |  |  |  |  |  |
| *Горячий**завтрак* | Гуляш | 100 | 14,55 | 16,79 | 2,89 | 221,00 | 260 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,29 | 8,90 | 37,36 | 243,75 | 171 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,00 | 0,15 | 10,50 | 58,50 | **н** |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,66 | 0,09 | 32,01 | 75,82 | 349 |
|  | Овощи соленые | 50 | 0,35 | 0,05 | 0,95 | 6,00 | 71 |
| *Итого за день* |  |  | **25,85** | **25,98** | **83,71** | **605,07** |  |