**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 1**День 4* | C:\Users\Nout9\Desktop\WhatsApp Image 2021-04-15 at 15.37.02.jpeg |  |  |  |  |  |  |
| *Горячий**Завтрак* | Рагу из говядины | 175 | 9,8 | 17,48 | 16,73 | 345,6 | 263 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,00 | 0,15 | 10,50 | 58,50 | **Н** |
| Бутерброд с сыром | 30 | 3,59 | 5,13 | 9,18 | 74,40 | 3 |
|  | Компот из сухофруктов | 200 | 0,66 | 0,09 | 32,01 | 75,82 | 349 |
|  | Яблоко свежее | 100 | 0,01 | 0,00 | 9,8 | 47,00 | 338 |
| *Итого за день* |  |  | **16,06** | **22,85** | **78,22** | **601,32** |  |