**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 4*  *18.03.2021* | **C:\Users\Nout9\Desktop\WhatsApp Image 2021-03-18 at 10.41.50.jpeg** |  |  |  |  |  |  |
| *Горячий*  *завтрак* | Макаронные изделия отварные с маслом | 200 | 5,45 | 5,78 | 30,45 | 195,71 | 203 |
| Котлеты, рубленные из бройлер-цыплят | 100 | 10,05 | 11,33 | 11,87 | 238,75 | 295 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,00 | 0,15 | 10,50 | 58,50 | **н** |
| Кофейный напиток с молоком сгущенным | 200 | 2,94 | 1,98 | 20,92 | 113,40 | 380 |
|  | Бутерброд с сыром | 35 | 4,18 | 5,98 | 10,71 | 86,8 | 3 |
|  | Фрукты свежие | 120 | 0,012 | 0,00 | 11,76 | 56,4 | 338 |
| *Итого за день* |  |  | **24,632** | **25,22** | **96,21** | **749,56** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

**Меню по СанПиНу 2.3\2.4.3590-20**

**Приготавливаемых блюд . Возрастная категория 12 лет и старше**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества** | | | **Энергетическая ценность** | **№ рецептуры** |
| Белки | Жиры | Углеводы |
| *Неделя 2*  *День 4*  *18.03.2021* | C:\Users\Nout9\Desktop\WhatsApp Image 2021-03-18 at 10.41.53.jpeg |  |  |  |  |  |  |
| *Горячий*  *Обед с*  *первым*  *блюдом* | Суп картофельный с рисовой крупой | 250 | 2,13 | 2,87 | 17,42 | 104,48 | 2 |
| Макаронные изделия отварные с маслом | 180 | 6,75 | 6,21 | 41,06 | 246,91 | 203 |
| Котлеты,рубленные из бройлер-цыплят | 120 | 28,68 | 6,84 | 11,05 | 2,99 | 295 |
| Кисель | 200 | 0,40 | 0,10 | 30,16 | 140,80 | 356 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 7,70 | 1,40 | 37,7 | 201 | **н** |
| Хлеб пшеничный | 55 | 3,63 | 0,49 | 20,90 | 109,45 | **Н** |
| *Итого за день* |  |  | **49,29** | **17,91** | **158,29** | **805,63** |  |