**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 5*  *19.03.2021* | C:\Users\Nout9\Desktop\WhatsApp Image 2021-03-19 at 11.57.02.jpeg |  |  |  |  |  |  |
| *Горячий*  *Завтрак* | Жаркое по-домашнему | 175 | 14,81 | 16,53 | 15,15 | 269,71 | 259 |
| Компот | 200 | 0,00 | 0,00 | 19,96 | 75,82 | 349 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,00 | 0,15 | 10,50 | 58,50 | **Н** |
|  | Бутерброд с сыром | 32 | 3,82 | 5,47 | 9,79 | 79,36 | **3** |
|  | Фрукты свежие | 100 | 0,01 | 0,00 | 9,80 | 47,00 | **338** |
| *Итого за день* |  |  | **20,64** | **22,15** | **65,2** | **530,39** |  |

**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 5*  *19.03.2021* | C:\Users\Nout9\Desktop\WhatsApp Image 2021-03-19 at 11.57.03.jpeg |  |  |  |  |  |  |
| *Горячий*  *Обед с*  *первым*  *блюдом* | Суп картофельный с макаронами | 250 | 4,98 | 3,25 | 21,10 | 189,42 | 103 |
| Хлеб пшеничный | 55 | 3,63 | 0,49 | 20,90 | 109,45 | **Н** |
| Жаркое по домашнему | 175 | 18,10 | 11,48 | 17,11 | 244,37 | 259 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 7,70 | 1,40 | 37,7 | 201 | **н** |
| компот | 200 | 0,00 | 0,00 | 19,96 | 75,82 | 349 |
| *Итого за день* |  |  | **34,41** | **16,62** | **116,77** | **820,06** |  |