**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* | *C:\Users\Nout9\Desktop\WhatsApp Image 2021-04-19 at 12.33.47.jpeg* |  |  |  |  |  |  |
|  | Гуляш | 100 | 14,55 | 16,79 | 2,89 | 221,00 | 260 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 2,66 | 0,2 | 13,73 | 78,00 | **Н** |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,66 | 0,09 | 32,01 | 75,82 | 349 |
|  | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,29 | 8,90 | 37,36 | 243,75 | 171 |
|  | Яблоко свежее | 95 | 0,009 | 0,00 | 9,31 | 44,65 | 338 |
|  | Капуста квашеная | 50 | 0,35 | 0,05 | 0,95 |  6,00 | 71 |
| *Итого за день* |  |  | **26,52** | **26,03** | **96,25** | **669,22** |  |