**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* | **C:\Users\Nout9\Desktop\WhatsApp Image 2021-04-22 at 14.48.26.jpeg** |  |  |  |  |  |  |
| *Горячий**Завтрак* | Макароны, отварные с маслом | 200 | 5,45 | 5,78 | 30,45 | 195,71 | 203 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 2,66 | 0,2 | 14,00 | 78,00 | **Н** |
| Кофейный напиток со сгущенным молоком | 200 | 2,94 | 1,98 | 20,92 | 113,4 | 380 |
|  | Котлеты, рубленные из цыплят-бройлеров | 82 | 8,24 | 9,29 | 9,74 | 195,77 | 295 |
|  | Яблоко свежее | 100 | 0,01 | 0,00 | 9,80 | 47,00 | 338 |
|  | Капуста квашенная | 49 | 0,34 | 0,05 | 0,93 | 5,88 | 71 |
|  | Бутерброд с сыром | 30 | 3,59 | 5,13 | 9,18 | 74,40 | 3 |
| *Итого за день* |  |  | **23,23** | **22,43** | **95,02** | **710,16** |  |