**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 1* | C:\Users\Nout9\Desktop\WhatsApp Image 2021-04-28 at 15.54.34.jpeg |  |  |  |  |  |  |
| *Горячий**Завтрак* | Макароны отварные с маслом | 200 | 5,45 | 5,78 | 30,45 | 195,71 | 203 |
| Сосиски отварные | 68 | 6,86 | 19,23 | 0,31 | 202,76 | 243 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,00 | 0,15 | 10,50 | 58,50 | **Н** |
| Чай с лимоном | 207 |  0,13 | 0,02 | 15,20 | 62,00 | 377 |
|  | Бутерброд с сыром  | 35 | 4,19 | 5,98 | 10,71 | 86,8 | 3 |
|  | помидор соленый | 50 | 0,35 | 0,05 | 0,95 | 6,00 | 71 |
| *Итого за день* |  |  | **18,98** | **31,21** | **68,12** | **611,77** |  |