**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*  *29.03.2021* | **C:\Users\Nout9\Desktop\WhatsApp Image 2021-03-29 at 10.47.44.jpeg** |  |  |  |  |  |  |
| *Горячий*  *Завтрак* | Овощи соленые | 50 | 0,35 | 0,05 | 0,95 | 6,00 | 70 |
| Сосиска отварная | 48 | 4,84 | 13,57 | 0,21 | 143,12 | 243 |
| Макаронные изделия отварные с маслом | 200 | 5,45 | 5,78 | 30,45 | 195,71 | 203 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,00 | 0,15 | 10,50 | 58,50 | **Н** |
|  | Бутерброд с маслом | 30 | 1,77 | 5,61 | 11,16 | 102,00 | **1** |
|  | Сок | 200 | 2,00 | 0,15 | 10,50 | 58,50 | **389** |
|  | Фрукты свежие | 120 | 0,012 | 0,00 | 11,76 | 56,4 | **338** |
| *Итого за день* |  |  | **16,422** | **25,31** | **75,53** | **620,23** |  |