**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* | F:\Меню, фото 2021-2022\Меню сентябрь 2022\ea7524e9-f276-40f1-96dc-53de53ab713d.jpgF:\Меню, фото 2021-2022\Меню сентябрь 2022\Фото\c4249953-5e9e-4314-ae25-29adfacc4c01.jpg  F:\Меню, фото 2021-2022\Меню сентябрь 2022\Фото\f42eac29-30c9-432f-901a-79d0689ab221.jpg |  |  |  |  |  |  |
| *Горячий*  *завтрак* | Сыр порциями | 20 | 4,64 | 5,9 | - | 72 | 15 |
| Жаркое по- домашнему | 175 | 12,3 | 29,5 | 16,58 | 383 | **259** |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,1 | 69 | Н |
|  | Кисель из кураги | 180 | 0,8 | 0,05 | 29,48 | 139,14 | 355 |
|  | Фрукты | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 338 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| *Итого за день* |  |  | **20,42** | **36,09** | **69,96** | **710,14** |  |