**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 3* | 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\97cc4ea4-8b80-4346-a7ec-0837e28a7988.jpg |  |  |  |  |  |  |
| *Горячий*  *завтрак* | Овощи натуральные свежие | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 13,2 | 71 |
| Плов из птицы | 200 | 16,89 | 9,87 | 36,45 | 302,67 | 291 |
| Компот из смеси сухофруктов ( с добавлением витамина С) | 200 | 0,66 | 0,09 | 32,01 | 132,8 | 349 |
|  | Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 18,8 | 92 | Н |
|  |  |  |  |  |  |  | 338 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| *Итого за день* |  |  | **21,25** | **10,4** | **89,54** | **540,67** |  |