**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 2* | 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\Март 2023\Новая папка\3aede48f-2593-426a-82db-2a04c82db2bb.jpg |  |  |  |  |  |  |
| *Горячий*  *завтрак* | Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 18,8 | 92 | Н |
| Лапшевник с творогом и молочным соусом | 180 | 13,91 | 14,32 | 34,18 | 291 | 208/327 |
| Кисель из кураги ( с добавлением витамина С) | 180 | 0,8 | 0,05 | 29,48 | 139,14 | 355 |
|  | Фрукты | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 338 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| *Итого за день* |  |  | **18,15** | **15,09** | **91,96** | **569,14** |  |