**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 5* | F:\Меню, фото 2021-2022\Март 2023\Новая папка\ca46e512-b893-4153-a4a4-03a2751fdc7f.jpg |  |  |  |  |  |  |
| *Горячий**завтрак* | Овощи соленые | 60 | 0,42 | 0,6 | 1,14 | 7,2 | Н |
| Пюре картофельное | 100 | 2,04 | 3,2 | 13,63 | 91,5 | 312 |
| Рыба, тушенная в томате с овощами | 100 | 9,75 | 4,95 | 3,8 | 105 | 229 |
|  | Бутерброд с маслом | 40 | 2,36 | 7,49 | 14,89 | 136 | 1 |
|  | Компот из сухофруктов | 200 | 0,66 | 0,09 | 32,01 | 132,8 | 349 |
|  |  |  |  |   |  |  |  |
| *Итого за день* |  |  | **15,91** | **9,16** |  **69,38**  |  **472,5**  |  |