**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 4* | F:\Меню, фото 2021-2022\Меню сентябрь 2022\ea7524e9-f276-40f1-96dc-53de53ab713d.jpg |  |  |  |  |  |  |
| *Горячий**завтрак* | Сыр порциями | 20 | 5 | 6 | 0 | 72 | 15 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,1 | 69 | **н** |
| Кисель из кураги | 200 | 0,89 | 0,06 | 32,75 | 154,6 | 349 |
|  | Каша гречневая | 100 | 5,73 | 4,06 | 25,76 | 163 | 302 |
|  | Тефтели в сметанно-томатном соусе | 110 | 6,96 | 16,11 | 11,61 | 223 | 279/331 |
|  | Овощи (свекла отварная) | 60 | 0,85 |  3,61 | 4,96 | 55,68 | 52 |
| *Итого за день* |  | **520,00** | **21,71** | **30,08** |  **89,18** |  **737,28** |  |