**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 5* | F:\Меню, фото 2021-2022\Октябрь 2022 фото\фото\46b97908-e3b6-4280-abe1-1135932fe0b6.jpgF:\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 |  |  |  |  |  |  |
| *Горячий*  *завтрак* | Бутерброд с маслом | 40 | 2,36 | 7,49 | 14,89 | 136 | 1 |
| Каша молочная из манной крупы | 220 | 6,11 | 10,72 | 42,36 | 225 | **181** |
| Яйцо вареное | 40 | 5,08 | 4,6 | 0,28 | 63 | 209 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,4 | 46 | Н |
|  | Икра кабачковая | 30 | 0 | 1,2 | 2,1 | 19,5 | Н |
|  | Компот из сухофруктов | 180 | 0,6 | 0,08 | 28,81 | 119,52 | 349 |
| *Итого за день* |  | 530 | **15,67** | **24,25** | **97,84** | **609,02** |  |