**Меню по СанПиНу 2.3\2.4.3590-20**

**Приготавливаемых блюд**

**Возрастная категория 7-11 лет**

**Сборник рецептур под редакцией М. П. Могильного и В. А. Тутельяна**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества** | **Энергетическая ценность** | **№ рецептуры** |
| Белки | Жиры | Углеводы |
| *Неделя 1**День 1* | C:\Users\№4\Desktop\меню\сентябрь\photo_5454333047303424655_y.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* | Овощи натуральные свежие ( огурец) | 60 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 7,2 | **71** |
| Макаронные изделия отварные с маслом | 100 | 3,64 | 3,86 | 20,31 | 130,48 | 203 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,1 | 69 | Н |
|  | Сосиска отварная | 100 | 10,09 | 28,27 | 41,9 | 298,16 |  243 |
|  | Напиток с витаминами Витошка | 180 | 0 |  0,0 | 17,1 | 72 | 507 |
|  | Кондитерское изделие промышленного производства | 30 | 1,3 |  5,4 | 18,9 | 129 | н |
| *Итого за день* |  |  **500** | **17,73** | **37,83** | **113,45** |  **705,84** |  |