**Меню по СанПиНу 2.3\2.4.3590-20**

**Приготавливаемых блюд**

**Возрастная категория 7-11 лет**

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

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества** | | | **Энергетическая ценность** | **№ рецептуры** |
| Белки | Жиры | Углеводы |
| *Неделя 2*  *День 3* | 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 |  |  |  |  |  |  |
| *Горячий*  *завтрак* | Макаронные изделия отварные с маслом | 100 | 3,64 | 3,86 | 20,31 | 130,48 | 203 |
| Котлеты рубленые из бройлер-цыплят | 90 | 12,52 | 24,05 | 12,65 | 317,45 | **295** |
| Напиток с витаминами Витошка | 180 | 0,00 | 0,00 | 17,1 | 72,00 | 55 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,1 | 69 | Н |
|  | Плоды или ягоды свежие (яблоко) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 338 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| *Итого за день* |  | **500,00** | **18,84** | **28,55** | **73,96** | **635,93** |  |