**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* |  |  |  |  |  |  |  |
| *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** |
| Компот из сухофруктов | 180 | 0,6 | 0,08 | 28,81 | 119,52 | 349 |
|  | 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** | **19,44** | **28,63** | **85,67** | **683,45** |  |