**Филиал МКОУ Сарсинская СОШ- Татарско-Еманзельгинский детский сад**

**День: 23.11.2022 5детей**

**Меню**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **раздел** | **№**  **рецеп** | **Блюдо** | **Выход гр** | **Цена** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **Калорийность** |
| Завтрак | Гор.блюдо | 229 | Каша геркулесовая с маслом сливочным | 200/5 | 14,52 | 7,2 | 8,5 | 29,1 | 222 |
|  | Гор.напит. | 462 | Какао с молоком | 200 | 9,01 | 3,3 | 2,9 | 13,8 | 94 |
|  | бутерброд | 63 | Бутерброд с сыром | 45 | 18,87 | 6,9 | 9 | 10 | 149 |
| Завтрак 2 | сок | 501 | сок | 200 | 11,6 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| обед | закуска |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 1блюдо | 95 | Борщ из свежей капусты | 200 | 4,82 | 1,6 | 4,2 | 5,8 | 68 |
|  | 2блюдо | 319 | Шницель натуральный | 90 | 54,3 | 15,6 | 19 | 8,9 | 268 |
|  | Гарнир | 328 | Картоф.пюре | 180 | 8,07 | 4,8 | 7 | 10,4 | 126 |
|  | Соус | 419 | Соус томатный | 20 | 2,62 | 0 | 0 | 24 | 95 |
|  | Сладкое | 509 | Напиток витамин | 200 | 9,2 | 0 | 0 | 15 | 63 |
|  | Хлеб бел. | 573 | Хлеб пшеничный | 25 | 1,46 | 1,9 | 0,2 | 12,3 | 59 |
|  | Хлеб черн. | 574 | Хлеб ржаной | 30 | 1,68 | 2,4 | 0,5 | 12 | 62 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник | Гор.блюдо | 550 | Манник | 130 | 28,32 | 7,2 | 6,7 | 40,4 | 251 |
|  | Гор.напит. | 460 | Чай с молоком | 180 | 4,71 | 1,4 | 1,2 | 10,4 | 58 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |