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

**День: 9.11.2022 5детей**

**Меню**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **раздел** | **№**  **рецеп** | **Блюдо** | **Выход гр** | **Цена** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **Калорийность** |
| Завтрак | Гор.блюдо | 234 | Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным | 200/5 | 14,52 | 7,2 | 8,5 | 29,1 | 222 |
|  | Гор.напит. | 462 | Какао с молоком | 200 | 9,25 | 3,3 | 2,9 | 13,8 | 94 |
|  | бутерброд | 63 | Бутерброд с маслом,сыром | 45 | 17,47 | 6,9 | 9 | 10 | 149 |
| Завтрак 2 | сок | 501 | Сок | 200 | 11,6 | 1 | 0,2 | 20,2 | 43 |
| обед | закуска |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 1блюдо | 116 | Суп из овощей | 200 | 5,48 | 5,9 | 2,6 | 12,6 | 98 |
|  | 2блюдо | 319 | Шницель натуральный | 90 | 54,3 | 15,6 | 19 | 8,9 | 268 |
|  | Гарнир | 377 | Картофельное пюре | 180 | 8,24 | 4,8 | 7 | 104 | 126 |
|  | Соус | 419 | Томатный соус | 20 | 2,62 | 0,2 | 0,7 | 0,9 | 10 |
|  | Сладкое | 6/10 | Компот из сухофруктов | 200 | 4,54 | 0,5 | 0 | 18,3 | 72 |
|  | Хлеб бел. | 573 | Хлеб пшеничный | 25 | 1,46 | 1,9 | 0,2 | 12,3 | 59 |
|  | Хлеб черн. | 574 | Хлеб дарницкий | 30 | 1,68 | 2,4 | 0,5 | 12 | 62 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник | Гор.блюдо | 273 | Омлет с морковью | 95 | 16,35 | 7,3 | 10,8 | 2,9 | 138 |
|  | Гор.напит | 459 | Чай с молоком | 200 | 4,71 | 1,6 | 1,3 | 11,5 | 64 |
|  | Хлеб бел. | 573 | Хлеб пшеничный | 25 | 1,46 | 1,9 | 0,2 | 12,3 | 59 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |