**Филиал МКОУ Сарсинская СОШ- Татарско-Еманзельгинская школа**

**День: 10.11.2022 11детей**

**Меню**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **раздел** | **№****рецеп** | **Блюдо** | **Выход гр** | **Цена** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **Калорийность** |
| Завтрак | Гор.блюдо |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Гор.напит. |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак 2 | фрукты | 82 | яблоки | 200 | 18,45 | 0,8 | 0,8 | 19,6 | 88 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| обед | закуска | 157 | кукуруза | 60 | 9,64 | 1,85 | 2,22 | 3,05 | 38 |
|  | 1блюдо | 129 | Суп с макар.изделиями | 200 | 1,41 | 2,3 | 3,3 | 9,8 | 78 |
|  | 2блюдо | 321 | Мясо тушеное | 90 | 38,93 | 14 | 13,5 | 4,5 | 197 |
|  | Гарнир  | 202 | Каша гречневая | 150 | 11,81 | 9 | 6,6 | 39,2 | 251 |
|  | Соус  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Сладкое | 501 | Сок промыш.произв | 200 | 9,09 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86 |
|  | Хлеб бел. | 573 | Хлеб пшеничный | 35 | 1,96 | 2,7 | 0,3 | 17,2 | 82 |
|  | Хлеб черн. | 574 | Хлеб ржаной | 35 | 1,96 | 3 | 0,5 | 14 | 72 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |