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

**День: 16.01.2023 детей 10**

**Меню**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **раздел** | **№**  **рецеп** | **Блюдо** | **Выход гр** | **Цена** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **Калорийность** |
| Завтрак | Гор.блюдо |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Гор.напит. |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| обед | закуска | 157 | кукуруза | 62 | 10,6 | 2 | 2,4 | 3,3 | 41 |
|  | 1блюдо | 95 | Борщ из св.капусты | 200 | 4,96 | 1,5 | 3,5 | 5,6 | 60 |
|  | 2блюдо | 328 | Жаркое по-домашнему | 200 | 46,5 | 18,8 | 14,3 | 25,8 | 307 |
|  | Гарнир |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Сладкое | 504 | Киселек витошка | 200 | 10,5 | 0 | 0 | 24 | 95 |
|  | Хлеб бел. | 573 | Хлеб пшеничный | 35 | 1,96 | 2,7 | 0,7 | 17,2 | 82 |
|  | Хлеб черн. | 574 | Хлеб ржаной | 35 | 1,96 | 3 | 0,5 | 14 | 72 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |