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

**День: 22.02.2023 4детей**

**Меню**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **раздел** | **№**  **рецеп** | **Блюдо** | **Выход гр** | **Цена** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **Калорийность** |
| Завтрак | Гор.блюдо | 235 | Каша пшенная с маслом сливочным | 200/5 | 13,22 | 7,5 | 7,5 | 35,7 | 240 |
|  | Гор.напит. | 462 | Какао с молоком | 200 | 9,01 | 3,3 | 2,9 | 13,8 | 94 |
|  | бутерброд | 73 | Бутерброд с маслом,джемом | 45 | 7,9 | 1,6 | 3,8 | 23,4 | 134 |
| Завтрак 2 | сок | 501 | банан | 100 | 13 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 43 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| обед | закуска | 50 | Икра кабачковая | 50 | 6,5 | 0,5 | 1,1 | 2 | 22 |
|  | 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 с витаминами, кальцием, магнием пребиотиком | 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 | 268 | Омлет натуральный | 85 | 19,84 | 7,3 | 11,1 | 1,8 | 136 |
|  | Гор.напит. | 459 | Чай с молоком | 200 | 4,71 | 1,6 | 1,3 | 11,5 | 64 |
|  |  | 573 | Хлеб пшеничный | 25 | 1,46 | 1,9 | 0,2 | 12,3 | 59 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |