Филиал МКОУ «Сарсинская СОШ» - Татарско-Еманзельгинский детский сад

День: 7.11.2022 5 детей

Меню

Прием пищи	раздел	№ рецеп	Блюдо	Выход гр	Цена	белки	жиры	углеводы	Калорийность
Завтрак	Гор.блюдо	230	Каша манная молочная с маслом	200/5	13,4	6,3	7	31,2	209
	Гор.напит	462	Какао с молоком	200	9,25	3,3	2,9	13,8	94
	бутерброд	63	Бутерброд с маслом, джемом	45	8,59	1,6	3,8	23,4	134
Завтрак 2	сок	501	сок	200	11,6	1	0,2	20,2	43
обед	закуска	157	кукуруза	50	10,6	1,5	1,8	2,7	33
	1блюдо	127	Суп гороховый	200	4,49	5,9	2,6	12,6	98
	2блюдо	256	Макароны отварные	130	6,98	9	6,6	39,2	251
	Гарнир	339	Котлеты из говядины	70	33,35	12,3	8,6	10,5	170
	Соус	419	Соус томатный	20	2,62	0,2	0,7	0,9	10
	Сладкое	504	Кисель витошка	200	11,18	0	0	24	95
	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	16,65	7,3	11,1	1,8	136
	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