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

**День: 12.12.2022 5детей**

**Меню**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **раздел** | **№**  **рецеп** | **Блюдо** | **Выход гр** | **Цена** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **Калорийность** |
| Завтрак | Гор.блюдо | 236 | Каша рисовая мол с маслом слив | 200/5 | 14,36 | 5,2 | 6,5 | 32,1 | 208 |
|  | Гор.напит. | 462 | Какао с молоком | 200 | 11,19 | 3,3 | 2,9 | 13,8 | 94 |
|  | бутерброд | 63 | Бутерброд с маслом | 30 | 8,62 | 1,6 | 7,41 | 9,97 | 53,81 |
| Завтрак 2 | сок | 501 | сок | 200 | 11,6 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| обед | закуска |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 1блюдо | 104 | Щи из свежей капусты | 200 | 5,02 | 1,2 | 4 | 3,04 | 49 |
|  | 2блюдо | 328 | Жаркое по-домашнему | 200 | 49,81 | 18,8 | 14,3 | 25,8 | 307 |
|  | Гарнир |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Соус |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Сладкое | 504 | Кисель | 200 | 4,3 | 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 | 279 | Запеканка из творога с джемом | 150/  20 | 43 | 17,4 | 9,4 | 26,1 | 259 |
|  | 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 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |