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

**День: 15.12.2022 3детей**

**Меню**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **раздел** | **№****рецеп** | **Блюдо** | **Выход гр** | **Цена** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **Калорийность** |
| Завтрак | Гор.блюдо | 139 | Суп с макар.изделиями | 200 | 13,92 | 5,8 | 6,5 | 19,7 | 160 |
|  | Гор.напит. | 465 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 9,01 | 3,3 | 2,9 | 13,8 | 94 |
|  | бутерброд | 73 | Бутерброд с джемом | 45 | 8,59 | 1,6 | 3,8 | 23,4 | 134 |
| Завтрак 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| обед | закуска |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 1блюдо | 122 | Суп с рыбными консервами | 200 | 21,72 | 7,4 | 9,1 | 8 | 144 |
|  | 2блюдо | 321 | Мясо тушеное | 90 | 39,60 | 14 | 13,5 | 4,5 | 197 |
|  | Гарнир  | 377 | Картофельное пюре | 150 | 8,00 | 4,8 | 7 | 104 | 126 |
|  | Соус  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Сладкое |  | Чай с лимоном | 200 | 2,37 | 0,27 | 0,09 | 8,6 | 36 |
|  | Хлеб бел. | 573 | Хлеб пшеничный | 25 | 1,46 | 1,9 | 0,2 | 12,3 | 59 |
|  | Хлеб черн. | 574 | Хлеб дарницкий | 30 | 1,68 | 2,4 | 0,5 | 12 | 62 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник  | Гор.блюдо | 273 | Омлет с морковью | 95 | 20,16 | 7,3 | 10,8 | 2,9 | 138 |
|  | Гор.напит | 459 | Чай с молоком | 200 | 4,71 | 1,6 | 1,3 | 11,5 | 64 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

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

**День: 16.12.2022 4детей**

**Меню**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **раздел** | **№****рецеп** | **Блюдо** | **Выход гр** | **Цена** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **Калорийность** |
| Завтрак | Гор.блюдо | 139 | Суп молочный с макарон.изделиями | 200/5 | 15,1 | 5,8 | 6,5 | 19,7 | 160 |
|  | Гор.напит. | 462 | Какао с молоком | 200 | 10,42 | 3,3 | 2,9 | 13,8 | 94 |
|  | бутерброд | 73 | Бутерброд с джемом | 45 | 8,59 | 1,6 | 3,8 | 23,4 | 134 |
| Завтрак 2 | фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| обед | закуска |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 1блюдо | 98 | Свекольник  | 200 | 4,4 | 1,9 | 3,8 | 8,3 | 75 |
|  | 2блюдо | 375 | Плов из отварной курицы  | 200 | 40,14 | 12,3 | 8,2 | 24,8 | 223 |
|  | Гарнир  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Соус  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Сладкое |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб бел. | 573 | Хлеб пшеничный | 25 | 1,46 | 1,9 | 0,2 | 12,3 | 59 |
|  | Хлеб черн. | 574 | Хлеб дарницкий | 30 | 1,68 | 2,4 | 0,5 | 12 | 62 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник  | Гор.блюдо | 470 | Коржик молочный | 60 | 11,34 | 2,8 | 4,9 | 24,8 | 154 |
|  | Гор.напит |  | йогурт | 250 | 27,5 | 7,25 | 6,25 | 10 | 126 |
|  | Хлеб бел. |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |