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

**День: 22.12.2022 5детей**

**Меню**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **раздел** | **№****рецеп** | **Блюдо** | **Выход гр** | **Цена** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **Калорийность** |
| Завтрак | Гор.блюдо | 232 | Каша пшеничная молочная с маслом | 200 | 13,52 | 7,5 | 6,7 | 36,3 | 235 |
|  | Гор.напит. | 465 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 8,65 | 3,3 | 2,9 | 13,8 | 94 |
|  | бутерброд | 63 | Бутерброд с джемом | 45 | 8,59 | 1,6 | 3,8 | 23,4 | 134 |
| Завтрак 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| обед | закуска | 157 | Зеленый горошек | 40 | 6,15 | 1,5 | 1,8 | 2,7 | 33 |
|  | 1блюдо | 116 | Суп из овощей | 200 | 5,98 | 1,6 | 3,6 | 5,1 | 59 |
|  | 2блюдо | 259 | Макароны отварные | 150 | 5,22 | 5,6 | 5 | 29,6 | 185 |
|  | Гарнир  | 372 | Биточки из птицы | 90 |  | 18 | 16,2 | 9,6 | 256 |
|  | Соус | 408 | Соус сметанный | 20 | 3,42 | 0,3 | 1,9 | 0,5 | 20 |
|  | сладкое | 6/10 | Компот из сухофруктов | 200 | 4,54 | 0,5 | 0 | 18,3 | 72 |
|  | 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 | 130/30 | 43,21 | 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 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

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

**День: 23.12.2022 5детей**

**Меню**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **раздел** | **№****рецеп** | **Блюдо** | **Выход гр** | **Цена** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **Калорийность** |
| Завтрак | Гор.блюдо | 229 | Каша молочная дружба с маслом сливочным | 200/5 | 13,46 | 5 | 7 | 28 | 191 |
|  | Гор.напит. | 462 | Какао с молоком | 200 | 9,25 | 3,3 | 2,9 | 13,8 | 94 |
|  | бутерброд | 63 | Бутерброд с джемом  | 45 | 8,59 | 1,6 | 3,8 | 23,4 | 134 |
| Завтрак 2 |  | 501 | сок | 200 | 11,6 | 1 | 0,2 | 202 | 86 |
| обед | закуска |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 1блюдо | 104 | Щи из свежей капусты | 200 | 6,8 | 1,2 | 4 | 3,04 | 49 |
|  | 2блюдо | 328 | Рис отварной | 150 | 10,06 | 3,8 | 5,4 | 39 | 219 |
|  | Гарнир  | 297 | Рыба припущенная в молоке | 90 | 16,23 | 12,4 | 1,1 | 2,7 | 70 |
|  | Соус  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Сладкое | 504 | Кисель  | 200 | 4,45 | 0 | 0 | 24 | 95 |
|  | 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 | 8/12 | Сдоба обыкновенная | 80 | 8,56 | 7 | 5,2 | 43,2 | 250 |
|  | Гор.напит | 470 | Ряженка  | 200 | 19,97 | 5,8 | 5 | 8 | 101 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |