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

**День: 24.01.2023 5детей**

**Меню**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **раздел** | **№**  **рецеп** | **Блюдо** | **Выход гр** | **Цена** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **Калорийность** |
| Завтрак | Гор.блюдо | 140 | Суп молочный с крупой с м.сливоч | 200 | 13,41 | 4,8 | 5 | 16,4 | 130 |
|  | Гор.напит. | 462 | Какао с молоком | 180 | 9,64 | 3 | 2,6 | 12,4 | 85 |
|  | бутерброд | 63 | Бутерброд с маслом, сыром | 45 | 18,87 | 6,9 | 9 | 10 | 149 |
| Завтрак 2 | фрукты | 82 | апельсин | 200 | 31,32 | 0,8 | 0,8 | 19,,6 | 88 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| обед | закуска | 157 | кукуруза | 65 | 13 | 2 | 2,4 | 3,3 | 41 |
|  | 1блюдо | 122 | Суп с рыбными консервами | 200 | 18,64 | 7,4 | 9,1 | 8 | 144 |
|  | 2блюдо | 376 | Рагу из птицы | 200 | 49,26 | 21 | 19 | 15,9 | 319 |
|  | Гарнир |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Соус |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Сладкое | 496 | Напиток из шиповника | 180 | 6,83 | 0,6 | 0,24 | 16,47 | 70 |
|  | 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 | 285/86 | Пудинг творожный запеченный с джемом | 100/  30 | 45,2 | 22,6 | 8 | 31 | 286 |
|  | Гор.напит | 459 | Чай с лимоном | 180 | 2,38 | 0,27 | 0,09 | 8,6 | 36 |
|  | Хлеб бел. | 573 | Хлеб пшеничный | 25 | 1,46 | 1,9 | 0,2 | 12,3 | 59 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |