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

**День: 19.04.2023 5детей**

**Меню**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **раздел** | **№**  **рецеп** | **Блюдо** | **Выход гр** | **Цена** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **Калорийность** |
| Завтрак | Гор.блюдо | 234 | Суп молочный с крупой | 200/5 | 14,57 | 7,2 | 8,5 | 29,1 | 222 |
|  | Гор.напит. | 462 | Какао с молоком | 200 | 9,25 | 3,3 | 2,9 | 13,8 | 94 |
|  | бутерброд | 63 | Бутерброд с маслом, сыром | 45 | 17,47 | 6,9 | 9 | 10 | 149 |
| Завтрак 2 | сок | 82 | апельсин | 100 | 14,3 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| обед | закуска | 157 | кукуруза | 50 | 10,6 | 1,5 | 1,8 | 2,7 | 33 |
|  | 1блюдо | 17/2 | Суп с бобовыми | 200 | 3,5 | 2,3 | 3,3 | 9,8 | 78 |
|  | 2блюдо | 8/3 | Капуста тушеная | 150 | 8,7 | 20,1 | 19,6 | 0,4 | 258 |
|  | Гарнир | 14/8 | Биточки из мяса говядины паровые | 90 | 37,76 | 4,8 | 7 | 104 | 126 |
|  | Соус |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сладкое | 25/4 | Компот из свежих яблок | 200 | 7,17 | 0,15 | 0,14 | 17,8 | 151 |
|  | 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 | 285/86 | Пудинг творожный запеченный с джемом | 100/  30 | 45,2 | 22,6 | 8 | 31 | 286 |
|  | Гор.напит. | 459 | Чай с молоком | 200 | 4,87 | 1,6 | 1,3 | 11,5 | 64 |
|  |  | 573 | Хлеб пшеничный | 25 | 1,46 | 1,9 | 0,2 | 12,3 | 59 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |