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

**День: 23.03.2023 4детей**

**Меню**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **раздел** | **№**  **рецеп** | **Блюдо** | **Выход гр** | **Цена** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **Калорийность** |
| Завтрак | Гор.блюдо | 232 | Каша ячневая мол с маслом слив | 200/5 | 12 | 7,5 | 6,7 | 36,3 | 235 |
|  | Гор.напит. | 462 | Какао с молоком | 200 | 9,01 | 3,3 | 2,9 | 13,8 | 94 |
|  | бутерброд | 73 | Бутерброд с маслом,джемом | 45 | 7,9 | 1,6 | 3,8 | 23,4 | 134 |
| Завтрак 2 | сок | 501 | сок | 100 | 19 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 43 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| обед | закуска |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 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 | 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 |
|  | 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 |
|  | Хлеб бел. | 573 | Хлеб пшеничный | 25 | 1,46 | 1,9 | 0,2 | 12,3 | 59 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |