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

**День: 24.03.2023 4детей**

**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. | 465 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 9,01 | 3,3 | 2,9 | 13,8 | 94 |
|  | бутерброд | 63 | Бутерброд с маслом, сыром | 45 | 17,47 | 6,9 | 9 | 10 | 149 |
| Завтрак 2 |  | 82 | яблоки | 100 | 9,9 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 |
| обед | закуска |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 1блюдо | 127 | Суп гороховый | 200 | 3,50 | 5,9 | 2,6 | 12,6 | 98 |
|  | 2блюдо | 328 | Рис отварной | 150 | 10,06 | 3,8 | 5,4 | 39 | 219 |
|  | Гарнир  | 297 | Рыба припущенная в молоке | 90 | 45,75 | 12,4 | 1,1 | 2,7 | 70 |
|  | Соус  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Сладкое | 487 | Компот из яблок с лимоном | 180 | 7,68 | 0,27 | 0,18 | 12,8 | 54 |
|  | 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 | 538 | Шаньга наливная | 50 | 8,94 | 3,8 | 3,4 | 20,9 | 130 |
|  | Гор.напит | 470 | йогурт | 200 | 22 | 5,8 | 5 | 8 | 101 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |