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

**День: 18.05.2023 5детей**

**Меню**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **раздел** | **№**  **рецеп** | **Блюдо** | **Выход гр** | **Цена** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **Калорийность** |
| Завтрак | Гор. блюдо | 232 | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 200/5 | 14,32 | 7,5 | 6,7 | 36,1 | 235 |
|  | Гор.напит. | 465 | Кофейный напиток | 200 | 9,25 | 3,3 | 2,9 | 13,8 | 94 |
|  | бутерброд | 73 | Бутерброд с джемом | 45 | 7,46 | 1,6 | 3,8 | 23,4 | 134 |
| Завтрак 2 |  | 82 | яблоки | 100 | 9,9 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 |
| обед | закуска | 10/2 | Огурцы порционные | 60 | 6,3 | 0,45 | 0,05 | 1,9 | 1,9 |
|  | 1блюдо | 5/2 | Щи из свежей капусты | 200 | 5,84 | 1,5 | 2,5 | 6 | 129 |
|  | 2блюдо | 8/8 | Бефстроганы из отварной говядины | 90 | 45,05 | 14,7 | 14,5 | 7,3 | 217 |
|  | Гарнир | 18/6 | Каша гречневая | 150 | 10,55 | 8,2 | 6,3 | 43 | 279 |
|  | Соус |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Сладкое | 5/8 | Компот из чернослива и изюма | 200 | 5,78 | 0,31 | 0,01 | 19,3 | 174 |
|  | 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 | Кефир | 200 | 19,2 | 5,8 | 5 | 8 | 101 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |