**Филиал МКОУ Сарсинская СОШ- Татарско-Еманзельгинская школа**

**День: 18.05.2023 7детей**

**Меню**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **раздел** | **№****рецеп** | **Блюдо** | **Выход гр** | **Цена** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **Калорийность** |
| Завтрак | Гор.блюдо |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Гор.напит. |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак 2 | фрукты | 12/6 | яблоки | 100 | 9,9 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 45 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| обед | закуска | 10/2 | Огурцы порционные | 60 | 10,8 | 0,45 | 0,05 | 1,9 | 1,9 |
|  | 1блюдо | 5/2 | Щи из свежей капусты | 200 | 4,9 | 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 | 5,76 | 0,31 | 0,01 | 19,3 | 174 |
|  | Хлеб бел. | 573 | Хлеб пшеничный | 36 | 2,02 | 2,8 | 0,3 | 17,7 | 84 |
|  | Хлеб черн. | 574 | Хлеб ржаной | 36 | 2,02 | 3,1 | 0,51 | 14,4 | 74 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |