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

**День: 23.05.2023 5детей**

**Меню**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **раздел** | **№**  **рецеп** | **Блюдо** | **Выход гр** | **Цена** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **Калорийность** |
| Завтрак | Гор.блюдо | 236 | Каша рисовая молочная с маслом сливочным | 200/5 | 13,04 | 6,3 | 7 | 31,2 | 209 |
|  | Гор.напит. | 465 | Кофейный напиток | 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 | сфрукты | 501 | банан | 100 | 13 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 43 |
| обед | закуска | 10/2 | Огурцы порционные | 60 | 6,3 | 0,45 | 0,05 | 1,9 | 1,9 |
|  | 1блюдо | 98 | свекольник | 200 | 6,57 | 1,9 | 3,8 | 8,3 | 75 |
|  | 2блюдо | 9/7 | Биточки рыбные | 90 | 19,84 | 12,3 | 1,8 | 7,2 | 100 |
|  | Гарнир | 3/3 | Картофельное пюре | 150 | 7,97 | 3,1 | 4,2 | 22,3 | 133 |
|  | Соус | 22/8 | Соус томатный | 30 | 2,62 | 0,4 | 1 | 2,3 | 19,8 |
|  | 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 дарницкий | 30 | 1,68 | 2,4 | 0,5 | 12 | 62 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник | Гор.блюдо | 268 | Омлет натуральный | 85 | 22,54 | 7,3 | 11,1 | 1,8 | 136 |
|  | 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 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |