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

**День: 23.05.2023 11детей**

**Меню**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **раздел** | **№****рецеп** | **Блюдо** | **Выход гр** | **Цена** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **Калорийность** |
| Завтрак | Гор.блюдо |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Гор.напит. |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак 2 | фрукты | 12/6 | банан | 100 | 14,8 | 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 | 98 | свекольник | 200 | 6,57 | 1,9 | 3,8 | 8,3 | 75 |
|  | 2блюдо | 9/7 | Биточки рыбные  | 90 | 18,2 | 12,3 | 1,8 | 7,2 | 100 |
|  | Гарнир  | 3/3 | Картофельное пюре | 150 | 5,47 | 3,1 | 4,2 | 22,3 | 133 |
|  | Соус  | 22/8 | Соус томатный | 30 | 5,12 | 0,4 | 1 | 2,3 | 19,8 |
|  | Сладкое | 25/4 | Компот из свежих яблок | 200 | 5,69 | 0,15 | 0,14 | 17,8 | 151 |
|  | 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 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |