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

**День: 29.04.2023 детей 7**

**Меню**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **раздел** | **№**  **рецеп** | **Блюдо** | **Выход гр** | **Цена** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **Калорийность** |
| Завтрак | Гор.блюдо |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Гор.напит. |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак 2 | фрукты | 12/6 | апельсин | 100 | 14,3 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 45 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| обед | закуска |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 1блюдо |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 2блюдо | 13/8 | Бифштекс рубленный паровой | 90 | 61,14 | 20,1 | 19,6 | 0,37 | 258 |
|  | Гарнир | 18/3 | Рагу из овощей | 150 | 4,3 | 2,3 | 3,7 | 5,4 | 116 |
|  | Соус |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Сладкое | 27/1 | Чай с сахаром | 200 | 1,53 | 0,05 | 0,01 | 13,6 | 148 |
|  | Хлеб черн. | 573 | Хлеб пшеничный | 36 | 1,96 | 2,7 | 0,3 | 17,2 | 85 |