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

**День: 05.05.2023 4детей**

**Меню**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **раздел** | **№**  **рецеп** | **Блюдо** | **Выход гр** | **Цена** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **Калорийность** |
| Завтрак | Гор.блюдо | 234 | Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным | 200/5 | 14,57 | 7,2 | 8,5 | 29,1 | 222 |
|  | Гор.напит. | 465 | Кофейный напиток | 200 | 9,25 | 3,3 | 2,9 | 13,8 | 94 |
|  | бутерброд | 63 | Бутерброд с маслом, сыром | 45 | 18,87 | 6,9 | 9 | 10 | 149 |
| Завтрак 2 |  | 82 | апельсин | 100 | 14,3 | 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 | 129 | Суп с макар.изделиями | 200 | 2,34 | 2,3 | 3,3 | 9,8 | 78 |
|  | 2блюдо | 13/8 | Бифштекс рубленый паровой | 90 | 55,33 | 20,1 | 19,6 | 0,4 | 258 |
|  | Гарнир | 377 | Картофельное пюре | 150 | 7,97 | 4,8 | 7 | 104 | 126 |
|  | Соус | 419 | Соус томатный | 20 | 2,62 | 0 | 0 | 24 | 95 |
|  | сладкое | 504 | Кисель | 200 | 4,3 | 0 | 0 | 24 |  |
|  | Хлеб бел. | 573 | Хлеб пшеничный | 25 | 1,46 | 1,9 | 0,2 | 12,3 | 59 |
|  | Хлеб черн. | 574 | Хлеб ржаной | 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. | 460 | Чай с молоком | 180 | 4,71 | 1,4 | 1,2 | 10,4 | 58 |
|  |  | 573 | Хлеб пшеничный | 25 | 1,46 | 1,9 | 0,2 | 12,3 | 59 |