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

**День: 5.05.2023 10детей**

**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 | 10/2 | Огурцы порционные | 60 | 10,8 | 0,45 | 0,05 | 1,9 | 1,9 |
|  | 1блюдо | 129 | Суп с макар.изделиями | 200 | 2,42 | 2,3 | 3,3 | 9,8 | 78 |
|  | 2блюдо | 13/8 | Бифштекс рубленый паровой | 90 | 54,95 | 20,1 | 19,6 | 0,4 | 258 |
|  | Гарнир | 7/4 | Каша рисовая молочная | 150 | 13,49 | 4,5 | 4,4 | 32,8 | 249 |
|  | Соус |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Сладкое | 504 | Кисель витошка | 200 | 10,70 | 0 | 0 | 24 | 95 |
|  | 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 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |