

Согласовано

Заведующая филиалом
Филиал МАОУ Сорокинской СОШ №3 Сорокинская СОШ №2
Федорова Елена Юрьевна/



МЕНЮ

24 января 2024 г.

7-11 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед								
1996	129	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	25,46	5	8,1	16,3	259
1996	310	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	90	27,44	10,9	3,5	1,8	92
2004	512	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	8,95	3,6	4,5	37,6	206
2013	518	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	14,24	1	0,2	19,6	83
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,76	2,5	0,5	15,3	77
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,98	0,7	0,4	11,3	51
2006	458	ЯБЛОКО	177	21,71	0,6	0,6	14,7	71
Итого				102,54	24,3	17,8	116,6	839
Всего				102,54	24,3	17,8	116,6	839

Сыбакова М.А.

Повар *Кондратьева* Кондратьева Наталья Владимировна

Согласовано

Заведующая филиалом
Филиал МАОУ Сорокинской СОШ №3 Сорокинская СОШ №2
/Фёдорова Елена Юрьевна/

МЕНЮ

24 января 2024 г.

с12 лет и старше



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед								
1996	129	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	26,19	5	8,1	16,3	259
1996	310	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	100	30,89	12,3	3,6	2,4	101
2004	512	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	10,27	4,3	5,4	45,5	248
2013	518	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	14,22	1	0,2	19,6	83
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,74	2,5	0,5	15,2	76
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,64	1,4	0,8	22,7	103
Итого				86,95	26,5	18,6	121,7	870
Всего				86,95	26,5	18,6	121,7	870

Фёдорова Е.Ю.

Повар Кондратьева Кондратьева Наталья Владимировна