

Согласовано

Директор
МАОУ Сорокинская СОШ №3
Ю.А. Чухно/

МЕНЮ

6 марта 2024 г.

СВО 5-11 класс завтрак-обед



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2004	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/15	13,05	0,3	12	0,8	113
2004	311	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	200	16,62	6,3	7,1	41,6	256
2013	496	КАКАО С МОЛОКОМ	200	7,24	3,8	3	14,8	102
		ЙОГУРТ	71	6,30	1,4	1	2	32
2006	458	БАНАН	147	30,21	1,3	0,4	17,9	82
Итого				73,42	13,1	23,5	77,1	585
Обед								
2013	149	СУП С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/100	42,06	12,9	7,2	20,6	199
1996	443	ЖАРКОЕ ИЗ ПТИЦЫ	280	78,83	21,6	15,2	23,4	318
2013	513	КОМПОТ ИЗ ЯГОД	200	7,55	0,4	0,1	16,7	94
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	40	2,76	1,2	0,6	26,4	116
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	40	2,64	2,5	0,5	15,3	77
Итого				133,84	38,6	23,6	102,4	804
Всего				207,26	51,7	47,1	179,5	1389

диетсестра

Л.Ю.Брандт

повар

О.М. Заваруева