Директор
МАОУ Сорокинской СОШ №3
О.А. Чухно
«25» сентября 2023 г

Меню №3 от 7 до 11 лет

	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
Горячий завтрак	Масло сливочное(порциями)	10	0,2	7,3	0,1	67	96	6,59
	Сдоба обыкновенная	80	7,5	2,4	50,5	254		23,20
	Суп молочный с крупой	250	5,8	7,5	23,8	186	164	12,51
	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	685	1,08
	Фрукт апельсин свежий	369	0,4	0,0	28,0	117	458	84,07
	Цена завтрака	127,45						
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Салат из свеклы с зелёным горошком	80	2,1	4,0	11,2	89	58	7,38
	Уха рыбацкая	250/50	9,3	7,2	10,4	144	181	21,85
	Мясо тушёное с картофелем	250	1207	14,3	34,7	318	54	70,76
	Сок яблочный	200	0,3	0,0	22,0	89	518	14,10
	Хлеб пшеничный	38	0,8	0,4	17,6	77		2,52
	Хлеб ржаной	33	0,7	0,4	11,3	51		1,99
	Цена обеда	118,60						

Меню №3 от 12 лет

	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
Горячий завтрак	Масло сливочное(порциями)	10	0,2	7,3	0,1	67	96	6,59
	Сдоба обыкновенная	80	7,5	2,4	50,5	254		23,20
	Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34		1,20
	Суп молочный с крупой	250	5,8	7,5	23,8	186	164	12,49
	Чай сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	685	1,58
	Фрукт апельсин свежий	402	0,4	0,0	28,0	117	458	91,69
	Цена завтрака	136,75						
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Салат из свеклы с зелёным горошком	100	2,6	5,0	14,0	111	58	8,09
	Уха рыбацкая	250/50	9,3	7,2	10,4	144	181	21,84
	Мясо тушёное с картофелем	250	12,7	14,3	34,7	318	54	62,64
	Сок яблочный	200	0,3	0,0	22,0	89	518	14,16
	Хлеб пшеничный	40	1,2	0,6	26,4	116		1,35
	Хлеб ржаной	40	1,4	0,8	22,7	103		1,29
	Цена обеда	109,37						

Диетсестра Л.Ю. Брандт

Повар О.М. Заворуева