



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

Меню №7 от 7 до 11 лет

ОБЕД	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецепт	Цена блюда
	Салат из огурцов с маслом	80	0,7	4,1	1,0	44	14	8,10
	Суп гороховый с мясом и гренками	250/10/20	6,5	4,8	31,8	196	139	27,93
	Биточки рыбные	100	13,2	5,1	18,1	171	345	22,97
	Пюре картофельное	150	3,3	3,6	22,3	135	520	8,55
	Хлеб пшеничный	29	0,6	0,3	13,2	58		1,81
	Хлеб ржаной	25	0,5	0,3	7,6	34		1,52
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	15,2	63	508	3,49
	Фрукт яблоко свежее	542	0,4	0,0	28,0	117	458	62,30
	Сыр порционно	18						14,04
Цена завтрака		150,71						

Меню №7 от 11 лет

ОБЕД	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецепт	Цена блюда
	Салат из огурцов с маслом	100	0,9	5,1	1,2	54	14	11,21
	Суп гороховый с мясом и гренками	250/10/20	6,5	4,8	31,8	196	139	25,43
	Биточки рыбные	100	13,2	5,1	18,1	171	345	23,04
	Пюре картофельное	180	3,7	4,1	26,7	159	520	10,11
	Хлеб пшеничный	42	1,2	0,6	26,4	116		2,64
	Хлеб ржаной	40	1,4	0,8	22,7	103		2,36
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	15,2	63	508	3,45
	Сыр порционно	9						7,02
	Фрукт яблоко	195	0,4	0,0	28,0	117	458	22,38
Цена завтрака		107,64						

Диетсестра

Повар

Л.Ю. Брандт

О.М. Заворуева