



Утверждаю  
Директор  
МАОУ Сорокинской СОШ №3  
О.А. Чухно  
«20» октября 2023 г.

Меню №10 от 7 до 11 лет

ОБЕД	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецепта	Цена блюда
	Салат Любительский	80	2,2	4,0	4,7	64	4	10,01
	Рассольник домашний с птицей, со сметаной	250/15/5	4,8	5,1	10,8	108	132	24,05
	«Ёжики из мяса с рисом, с соусом	100	6,1	11,7	7,4	159	390	40,22
	Макаронные изделия отварные	150	3,4	3,1	36,8	189	516	5,30
	Сок в ассортименте	200	0,3	0,0	22,0	89	518	14,22
	Хлеб пшеничный	43	0,8	0,4	17,6	77		2,87
	Хлеб ржаной	33	0,7	0,4	11,3	51		2,05
	Сыр порционно	15						11,70
	Цена завтрака	110,42						

Меню №10 от 11 лет

ОБЕД	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецепта	Цена блюда
	Салат Любительский	100	2,9	5,1	5,8	81	4	11,26
	Рассольник домашний с птицей, со сметаной	250/15/5	4,8	5,1	10,8	108	132	23,43
	«Ёжики из мяса с рисом, с соусом	120	7,3	14,0	8,9	191	390	41,02
	Макаронные изделия отварные	180	4,1	3,7	44,2	227	516	6,43
	Сок в ассортименте	200	0,3	0,0	22,0	89	518	14,22
	Хлеб пшеничный	42	1,2	0,6	26,4	116		2,78
	Хлеб ржаной	42	1,4	0,8	22,7	103		2,65
	Цена завтрака	101,79						

Диетсестра

Повар

Л.Ю. Брандт

О.М. Заворуева