

Согласовано

Директор
МАОУ Сорокинская СОШ №3

/О.А. Чухно/

МЕНЮ

31 января 2024 г.

СВО 5-11 класс завтрак-обед

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
2004	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50	15,25	0,3	13,4	0,8	125
2004	311	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	220	19,52	6,4	7,2	42	258
2011	496	КАКАО С МОЛОКОМ	200	12,80	3,6	2,9	14,7	100
		ЙОГУРТ	150	13,50	2,9	2,2	4,4	70
Итого				61,07	13,2	25,7	61,9	553
Обед								
2013	149	СУП С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	265/100	45,34	14,9	7,7	17,4	200
1996	443	ЖАРКОЕ ИЗ ПТИЦЫ	280	80,26	33,9	44,2	23,7	629
2013	513	КОМПОТ ИЗ ЯГОД	205	15,72	0,4	0,1	18,1	99
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	40	2,76	0,3		1	5
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	40	2,64	2,5	0,5	15,3	77
Итого				146,72	52	52,5	75,5	1010
Всего				207,79	65,2	78,2	137,4	1563

диетсестра _____ Л.Ю.Брандт

повар _____ О.М. Заваруева