

Согласовано



Директор

МАОУ Сорокинская СОШ №3

Ю.А. Чухно

**МЕНЮ**

2 февраля 2024 г.

**СВО 5-11 класс завтрак-обед**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2004	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	40	4,77	1,8	0,3	26,4	116
2011	10/5	ЗАПЕКАНКА "ЦАРСКАЯ" ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	195	53,24	32,2	18,4	50,1	497
2013	501	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	8,96	3,5	2,4	17,9	108
		ЙОГУРТ	136	12,30	2,5	1,9	3,9	62
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	20	1,38	0,2		0,5	3
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	20	1,32	1,3	0,2	7,7	38
<b>Итого</b>				<b>81,97</b>	<b>41,5</b>	<b>23,2</b>	<b>106,5</b>	<b>824</b>
<b>Обед</b>								
2004	34	СВЕКОЛЬНИК С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, СО СМЕТАНОЙ	280/15/5	31,16	7,2	10,7	15,2	186
2013	406	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	250	60,60	19,1	11,1	46,4	362
2013	508	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	210	4,10			9,7	39
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	40	2,76	0,3		1	5
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	40	2,64	2,5	0,5	15,3	77
<b>Итого</b>				<b>101,26</b>	<b>29,1</b>	<b>22,3</b>	<b>87,6</b>	<b>669</b>
<b>Всего</b>				<b>183,23</b>	<b>70,6</b>	<b>45,5</b>	<b>194,1</b>	<b>1493</b>

диетсестра \_\_\_\_\_ Л.Ю.Брандт

повар \_\_\_\_\_ О.М. Заваруева