

Согласовано

Директор
 МАОУ «Сорокинская СОШ №3»
 Ю.А. Чухно/



МЕНЮ

16 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	
Завтрак								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/15	11,96	0,3	12	0,8	113
2004	311	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	18,20	5,1	8,2	28,1	207
2004	685	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,93	0,1		10,8	44
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	20	1,38	0,2	0,2	7,5	34
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	20	1,32	1,3	0,2	7,7	38
2006	458	АПЕЛЬСИНЫ	250	39,90	1,5	0,3	13,2	70
Итого				73,69	8,5	20,7	61,1	506
Обед								
2004	139	СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ С ГРЕНКАМИ	255/10/20	23,60	9,3	7,1	21	186
2013	345	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	100	31,33	12,3	8	7,6	151
2004	520	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	13,55	3,9	5,4	25,6	166
2013	508	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	3,51	0,5	0	15,2	63
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	40	2,76	0,5	0	15,2	78
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	40	2,64	2,5	0,5	15,3	77
2006	458	ЯБЛОКИ	160	23,04	0,6	0,6	13,4	64
2004	97	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	25	19,50	5,5	7,1		87
Итого				119,93	34,4	28,7	93,6	872
Всего				193,62	42,9	49,4	154,7	1378

диетсестра _____ Л.Ю.Брандт

повар _____ О.М. Заваруева