

Согласовано

Директор  
 МАОУ Сорокинской СОШ №3  
 Ю.А. Чухно/

## МЕНЮ

5 марта 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50	17,67	4,9	5,9	0,7	77
2020	54-4т	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ С СОУСОМ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	49,72	35,3	14	61,2	520
1996	578	СОУС ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	100	22,03	1,4	0,2	24,5	190
2013	495	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	6,86	2,8	2,4	14,4	91
<b>Итого</b>				<b>96,28</b>	<b>44,4</b>	<b>22,5</b>	<b>100,8</b>	<b>878</b>
<b>Обед</b>								
2004	140	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С ПТИЦЕЙ	250/15	18,66	7,7	10,7	15,2	188
2004	152	ГУЛЯШ	100	47,65	11	14,3	5,5	195
2004	510	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ ОТВАРНАЯ	180	6,98	4,8	6,1	29,2	191
2013	518	СОК	200	14,22	0,3		22	89
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	40	2,64	1,2	0,6	26,4	116
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	40	2,76	0,3		1	5
<b>Итого</b>				<b>92,91</b>	<b>25,3</b>	<b>31,7</b>	<b>99,3</b>	<b>784</b>
<b>Всего</b>				<b>189,19</b>	<b>69,7</b>	<b>54,2</b>	<b>200,1</b>	<b>1662</b>

диетсестра

Л.Ю.Брандт

повар

О.М. Заваруева