

Согласовано

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



# МЕНЮ

3 апреля 2024 г.

## СВО 5-11 класс завтрак-обед

Сборник рецептов	№ 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
2013	164	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	250	13,91	7,1	6,4	24,5	186
2004	686	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	2,21			11,7	48
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	20	1,38	0,2		0,5	3
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	20	1,32	1,3	0,2	7,7	38
2006	495	ГРУША СВЕЖАЯ	182	31,17	0,7	0,5	16,4	75
2006	458	АПЕЛЬСИНЫ	250	39,62	1,5	0,3	13,2	70
<b>Итого</b>				<b>107,28</b>	<b>15,7</b>	<b>13,3</b>	<b>74,7</b>	<b>497</b>
<b>Обед</b>								
2013	132	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С ПТИЦЕЙ, СО СМЕТАНОЙ	250/15/5	27,63	7,8	10,6	14,9	188
2013	390	"ЁЖИКИ " ИЗ МЯСА С РИСОМ, С СОУСОМ( СВИНИНА МЯСНАЯ И ГОВЯДИНА)	120	35,90	9,3	17,8	13,3	252
2004	516	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	7,89	4,1	3,7	44,2	227
2013	518	СОК	200	14,22	1	0,2	19,6	83
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	40	2,76	0,8	0,4	17,6	77
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	40	2,64	2,5	0,5	15,3	77
<b>Итого</b>				<b>91,04</b>	<b>25,5</b>	<b>33,2</b>	<b>124,9</b>	<b>904</b>
<b>Всего</b>				<b>198,32</b>	<b>41,2</b>	<b>46,5</b>	<b>199,6</b>	<b>1401</b>

диетсестра \_\_\_\_\_

Л.Ю.Брандт

повар \_\_\_\_\_

О.М. Заворуева