

Согласовано

Директор
 МАОУ Сорокинская СОШ №3
 Ю.А. Чухно

МЕНЮ

9 апреля 2024 г.

СВО 5-11 класс завтрак-обед

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
2004	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50	17,67	6,4	12,4	10,6	187
2004	362	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	62,30	35,8	11,8	58,4	486
2004	686	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	2,25			11,7	48
2006	458	ЯБЛОКИ	180	25,03	0,6	0,6	15	72
Итого				107,25	42,8	24,8	95,7	793
Обед								
2008	76	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, С МЯСОМ	250/10/5	24,81	4,7	8,3	10,2	134
2004	152	ГУЛЯШ	100	47,58	12,2	13,9	4,1	190
2004	516	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	7,89	6,8	4,8	43,7	246
2013	508	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	3,69	0,5		15,2	63
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	40	2,76	0,8	0,4	17,6	77
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	40	2,64	2,5	0,5	15,3	77
2004	97	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	15,60	4,5	5,6		70
Итого				104,97	32	33,5	106,1	857
Всего				212,22	74,8	58,3	201,8	1650

диетсестра _____ Л.Ю.Брандт

повар _____ О.М. Заворуева