

Согласовано

Директор  
МАОУ Сорокинская СОШ №3  
Ю.А. Чухно

**МЕНЮ**  
29 февраля 2024 г.

**СВО 5-11 класс льгота 107.70 (138,40) обед**



| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда                                    | Выход    | Цена, руб.   | Химический состав |             |             | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|-------------------------------------------------------|----------|--------------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
|                  |               |                                                       |          |              | Белки, г          | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |
| <b>Обед</b>      |               |                                                       |          |              |                   |             |             |                               |
| 2013             | 142           | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ | 250/10/5 | 20,92        | 5                 | 9,3         | 10,2        | 145                           |
| 2004             | 494           | КУРИЦА ЗАПЕЧЕНАЯ                                      | 100      | 57,02        | 25,3              | 28,2        | 0,2         | 355                           |
| 2004             | 510           | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ ОТВАРНАЯ                        | 180      | 9,08         | 5,4               | 7,9         | 24,7        | 191                           |
| 2013             | 513           | КОМПОТ ИЗ ЯГОД                                        | 200      | 6,80         | 0,4               | 0,1         | 16,7        | 94                            |
|                  |               | ХЛЕБ СВЕЖИЙ                                           | 40       | 2,76         | 1,2               | 0,6         | 26,4        | 116                           |
|                  |               | ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ                                     | 40       | 2,64         | 2,5               | 0,5         | 15,3        | 77                            |
| <b>Итого</b>     |               |                                                       |          | <b>99,22</b> | <b>39,8</b>       | <b>46,6</b> | <b>93,5</b> | <b>978</b>                    |
| <b>Всего</b>     |               |                                                       |          | <b>99,22</b> | <b>39,8</b>       | <b>46,6</b> | <b>93,5</b> | <b>978</b>                    |

диетсестра *Л* Л.Ю.Брандт

повар *З* О.М. Заваруева