

Согласовано

Заведующая филиалом
Филиал МАОУ Сорокинской СОШ №3 Ворсихинская СОШ
Волод /О.И. Володина/

МЕНЮ

17 ноября 2023 г.

с 12 лет и старше

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---|----------|--------------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Обед | | | | | | | | |
| 2011 | 14/1 | САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ | 100 | 15,41 | 1,1 | 5,1 | 11,9 | 98 |
| 2004 | 110 | БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ С МЯСОМ | 250/10/5 | 24,39 | 1,9 | 6,6 | 10,6 | 109 |
| 2004 | 152 | ГУЛЯШ | 100 | 39,69 | 0,7 | 3,9 | 4,1 | 54 |
| 2004 | 516 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 180 | 6,46 | 6,8 | 4,8 | 43,7 | 246 |
| 2013 | 508 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 3,29 | | | 9,7 | 39 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,64 | 0,4 | 0,2 | 2,7 | 17 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,51 | | | | |
| Итого | | | | 94,39 | 10,9 | 20,6 | 82,7 | 563 |
| Всего | | | | 94,39 | 10,9 | 20,6 | 82,7 | 563 |

Диетсестра  Н.П. Мягих

Повар  О.В. Дубровских

Согласовано

Заведующая филиалом
Филиал МАОУ Сорокинской СОШ №3 Ворсихинская СОШ
Володина /О.И. Володина/

МЕНЮ

17 ноября 2023 г.

с 7 до 11 лет

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---|----------|---------------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Обед | | | | | | | | |
| 2011 | 14/1 | САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ | 80 | 12,34 | 0,9 | 4,1 | 9,7 | 79 |
| 2004 | 110 | БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ С МЯСОМ | 250/10/5 | 24,29 | 1,9 | 6,6 | 10,6 | 109 |
| 2004 | 152 | ГУЛЯШ | 100 | 38,13 | 0,7 | 3,9 | 4,1 | 54 |
| 2004 | 516 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 5,32 | 5,7 | 3,9 | 37 | 206 |
| 2013 | 508 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 3,29 | | | 9,7 | 39 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,30 | 0,5 | 0,2 | 3,4 | 21 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,14 | | | | |
| 2006 | 458 | ФРУКТ ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 150 | 16,82 | | | | |
| Итого | | | | 106,63 | 9,7 | 18,7 | 74,5 | 508 |
| Всего | | | | 106,63 | 9,7 | 18,7 | 74,5 | 508 |

Диетсестра  Н.П. Мягих

Повар  О.В. Дубровских

Согласовано


Заведующая филиалом
Филиал МАОУ Сорокинской СОШ №3 Ворсихинская СОШ
Володина /О.И. Володина/

МЕНЮ

17 ноября 2023 г.

надбавка 1-4 класс

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---------------------|-------|---------------|-------------------|------------|-------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Обед | | | | | | | | |
| 2013 | 570 | БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ | 100 | 21,68 | 7,5 | 2,4 | 5,5 | 254 |
| 2006 | 458 | ГРУША | 212 | 36,04 | 0,8 | 0,6 | 21,8 | 100 |
| 2006 | 458 | ФРУКТ ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 144 | 15,81 | 0,4 | 0,4 | 21 | 96 |
| 2006 | 458 | БАНАН | 100 | 58,81 | 1,5 | 0,5 | 21 | 96 |
| Итого | | | | 132,34 | 10,2 | 3,9 | 69,3 | 546 |
| Всего | | | | 132,34 | 10,2 | 3,9 | 69,3 | 546 |

Диетсестра  Н.П. Мягих

Повар  О.В. Дубровских

Согласовано

Заведующая филиалом
Филиал МАОУ Сорokinской СОШ №3 Ворсихинская СОШ
/О.И. Володина/



МЕНЮ

17 ноября 2023 г.

ОВЗ 1-4 классы

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---------------------------------------|----------|---------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак* | | | | | | | | |
| 2004 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 30/16 | 14,46 | 3,9 | 4,8 | 2,1 | 70 |
| 2004 | 362 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | 190 | 119,40 | 62,7 | 26,8 | 136 | 1043 |
| 2004 | 686 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 200/15/7 | 2,36 | | | 11,7 | 48 |
| Итого | | | | 136,22 | 66,6 | 31,6 | 149,8 | 1161 |
| Всего | | | | 136,22 | 66,6 | 31,6 | 149,8 | 1161 |

Диетсестра Н.П. Мягих

Повар О.В. Дубровских

| № рецепта | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------|---------------|---------------------------------------|----------|---------------|-------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| 2004 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 30/16 | 14,46 | 3,9 | 4,8 | 2,1 | 70 |
| 2004 | 362 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | 190 | 119,40 | 62,7 | 26,8 | 136 | 1043 |
| 2004 | 686 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 200/15/7 | 2,36 | | | 11,7 | 48 |
| Итого | | | | 136,22 | 66,6 | 31,6 | 149,8 | 1161 |
| Всего | | | | 136,22 | 66,6 | 31,6 | 149,8 | 1161 |