

Согласовано

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

## МЕНЮ

21 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	
<b>Обед</b>								
2004	21	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ОГУРЦОМ	80	7,26	1	4,1	6,7	68
2013	142	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250/10/50	20,38	4,4	5,9	7,8	102
2004	510	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	6,35	4,3	5,1	24,3	160
2004	494	КУРИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ	90	44,16	13,8	13		172
2013	513	КОМПОТ ИЗ ЯГОД	200	12,65	0,2		16,9	68
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,96	1,2	0,6	26,4	116
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,51	0,9	0,5	15,1	69
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	18,76	5,5	7		87
<b>Итого</b>				<b>116,03</b>	<b>31,3</b>	<b>36,2</b>	<b>97,2</b>	<b>842</b>
<b>Всего</b>				<b>116,03</b>	<b>31,3</b>	<b>36,2</b>	<b>97,2</b>	<b>842</b>

Диетсестра *М* Н.П. Мягих

Повар *Д* О.В. Дубровских

Согласовано

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

## МЕНЮ

21 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	
<b>Обед</b>								
2004	21	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ОГУРЦОМ	100	8,88	1,1	5	4,1	66
2013	142	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250/10/50	20,75	4,4	5,9	7,8	102
2004	494	КУРИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ	100	49,19	17,4	17		223
2004	510	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	8,10	4,8	6,1	29,2	191
2013	513	КОМПОТ ИЗ ЯГОД	200	12,85	0,2		16,9	68
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,64	1,2	0,6	26,4	116
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,51	1,4	0,8	22,7	103
<b>Итого</b>				<b>104,92</b>	<b>30,5</b>	<b>35,4</b>	<b>107,1</b>	<b>869</b>
<b>Всего</b>				<b>104,92</b>	<b>30,5</b>	<b>35,4</b>	<b>107,1</b>	<b>869</b>

Диетсестра

Н.П. Мягих

Повар

О.В. Дубровских

Согласовано

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

## МЕНЮ

21 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	
<b>Завтрак</b>								
2004	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/10	7,91	1,8	7,1	9,9	111
2004	340	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	210	50,69	23,6	21,3	2,5	296
2013	495	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	7,16	2,8	2,5	15,9	97
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,25	0,5	0,3	7,6	34
2006	458	ФРУКТЫ В АССОРТИМЕНТЕ	270	67,53	1,6	0,4	14,7	79
<b>Итого</b>				<b>134,54</b>	<b>30,3</b>	<b>31,6</b>	<b>50,6</b>	<b>617</b>
<b>Всего</b>				<b>134,54</b>	<b>30,3</b>	<b>31,6</b>	<b>50,6</b>	<b>617</b>

Диетсестра *Н.П. Мягих* Н.П. Мягих

Повар *О.В. Дубровских* О.В. Дубровских