

Согласовано

Заведующая филиалом
Филиал МАОУ Сорокинской СОШ №3 Ворохтинская СОШ
Общественная организация «Ю.И. Володина»
школа



МЕНЮ

8 декабря 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								
2004	21	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ОГУРЦОМ	80	8,61	0,9	4	3,3	53
2013	142	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250/10/5	20,56	4,4	5,9	7,8	102
2004	494	КУРИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ	100	50,05	15,6	14,7		194
2004	510	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	6,35	4,3	5,1	24,3	160
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
Итого				104,69	27,5	30,8	93,8	762
Всего				104,69	27,5	30,8	93,8	762

Диетсестра Н.П. Мягих

Повар О.В. Дубровских

Согласовано

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



МЕНЮ

8 декабря 2023 г.

с 12 лет и старше

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед								
2004	21	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ОГУРЦОМ	100	10,94	1,1	5	4,1	66
2013	142	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250/10/5	20,75	4,4	5,9	7,8	102
2004	494	КУРИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ	100	49,20	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	0,8	0,4	17,6	77
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,51	0,9	0,5	15,1	69
Итого				106,99	29,6	34,9	90,7	796
Всего				106,99	29,6	34,9	90,7	796

Диетсестра

Н.П. Мягих

Повар

О.В. Дубровских