

Согласовано

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

# МЕНЮ

13 декабря 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	10,94	1,2	5,1	8,3	85
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	90	49,20	7,1	7		91
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
<b>Итого</b>				<b>106,99</b>	<b>19,4</b>	<b>25</b>	<b>94,9</b>	<b>683</b>
<b>Всего</b>				<b>106,99</b>	<b>19,4</b>	<b>25</b>	<b>94,9</b>	<b>683</b>

Диетсестра

Н.П. Мягих

Повар

О.В. Дубровских