

Согласовано

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

МЕНЮ

14 декабря 2023 г.

с 7 до 11 лет



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Обед								
2013	2	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	80	12,43	0,9	4,1	4,8	60
1996	129	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	32,08	5,5	6,9	15,7	146
1996	310	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	90	36,14	13,1	10,5	2,8	158
2004	512	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	7,56	3,1	3,8	25,4	148
2013	518	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	200	11,02	0,5		34	138
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,67	1,1	0,6	24,5	107
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,74	0,7	0,4	11,3	51
Итого				104,64	24,9	26,3	118,5	808
Всего				104,64	24,9	26,3	118,5	808

Диетсестра  Н.П. Мягих

Повар  О.В. Дубровских

Согласовано

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

МЕНЮ

14 декабря 2023 г.

ОВЗ 1-4 классы



Сборник рецептур	№ 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	6,3	4,1	14,9	122
2013	264	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	15,70	7,5	6,2	20,8	169
2004	686	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	2,43	0,1		13,5	54
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,4	0,2	8,8	38
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,26	0,5	0,3	7,6	34
2006	458	ФРУКТЫ В АССОРТИМЕНТЕ	490	83,23	4,1	1,2	49,5	235
Итого				118,40	18,9	12	115,1	652
Всего				118,40	18,9	12	115,1	652

Диетсестра

Н.П. Мягих

Повар

О.В. Дубровских

Согласовано

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

МЕНЮ

14 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								
2013	2	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100	15,19	1,1	5	5,3	71
1996	129	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	30,74	5	6,2	14,3	133
1996	310	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	100	35,59	15,5	12,9	3,1	191
2004	512	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	9,08	3,5	4,4	30,5	176
2013	518	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	208	10,50	0,5		34	138
		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				106,25	27,3	29,4	119,9	855
Всего				106,25	27,3	29,4	119,9	855

Диетсестра

Н.П. Мягих

Повар

О.В. Дубровских