

Согласовано

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



# МЕНЮ

21 марта 2024 г.

с 7 до 11 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Обед</b>								
1996	129	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	260/10/5	26,89	2,6	6,6	16,7	136
1996	310	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	90	26,03	0,4	2,9	1,7	35
2004	512	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	155	9,18	3,6	4,5	38,4	209
2013	518	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	200	9,17			20,6	82
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,76	0,4	0,2	2,7	17
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,98	0,7	0,4	11,3	51
2006	458	ФРУКТ ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	180	27,07	0,4	0,4	28	117
<b>Итого</b>				<b>103,08</b>	<b>8,1</b>	<b>15</b>	<b>119,4</b>	<b>647</b>
<b>Всего</b>				<b>103,08</b>	<b>8,1</b>	<b>15</b>	<b>119,4</b>	<b>647</b>

Диетсестра  Н.П. Мягих

Повар  О.В. Дубровских

Согласовано

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

# МЕНЮ

21 марта 2024 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>								
1996	129	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	26,00	2,4	6,2	16,5	131
1996	310	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	100	29,52	0,5	2,9	2,4	38
2004	512	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	185	10,77	4,5	5,6	46,8	254
2013	518	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	200	10,11			20,6	82
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,76	0,4	0,2	2,7	17
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,64	0,9	0,5	15,1	69
2006	458	ФРУКТ ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	170	25,55	0,4	0,4	28	117
<b>Итого</b>				<b>107,35</b>	<b>9,1</b>	<b>15,8</b>	<b>132,1</b>	<b>708</b>
<b>Всего</b>				<b>107,35</b>	<b>9,1</b>	<b>15,8</b>	<b>132,1</b>	<b>708</b>

Диетсестра  \_\_\_\_\_ Н.П. Мягих

Повар  \_\_\_\_\_ О.В. Дубровских

Согласовано

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



## МЕНЮ

21 марта 2024 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/16	14,55	3,9	4,8	2,1	70
2013	264	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	15,76	8	9	27,4	224
2004	686	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	2,66			11,7	48
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,38	0,2	0,1	1,4	8
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,5	0,3	7,6	34
2006	458	ФРУКТЫ В АССОРТИМЕНТЕ	280	43,47	0,4	0,4	28	117
<b>Итого</b>				<b>79,14</b>	<b>13</b>	<b>14,6</b>	<b>78,2</b>	<b>501</b>
<b>Всего</b>				<b>79,14</b>	<b>13</b>	<b>14,6</b>	<b>78,2</b>	<b>501</b>

Диетсестра  \_\_\_\_\_ Н.П. Мягих

Повар  \_\_\_\_\_ О.В. Дубровских