

Утверждаю
 Директор
 МАОУ Сорокинской СОШ №3
 В.В. Сальникова
 29 сентября 2022



Меню №9 от 7 до 11 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецепт	Цена блюда
	Бутерброд с маслом	30/10	2,3	7,4	14,5	133,8	1	7,36
	Бефстроганов из говядины	100	12,5	10,9	5,6	170,5	423	38,96
	Макаронные изделия отварные	150	4,5	3,0	36,7	191,7	516	8,39
	Чай с лимоном и апельсином «Цитрусовый заряд»	200/20/10	0,2	0	15,5	62,8	686	5,54
	Хлеб пшеничный	17	0,8	0,2	6,1	29,4		1,03
	Хлеб ржаной	20	0,6	0,1	6,9	30,9		1,18
	Апельсин свежий	264	0,6	0,5	19,9	86,5	458	33,30
	Цена завтрака	95,76						

Меню №9 от 11 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецепт	Цена блюда
	Бутерброд с маслом	30/10	2,3	7,4	14,5	133,8	1	7,36
	Бефстроганов из говядины	100	12,5	10,9	5,6	170,5	423	38,74
	Макаронные изделия отварные	180	5,2	3,4	51	255,4	516	10,15
	Чай с лимоном и апельсином «Цитрусовый заряд»	200/20/10	0,2	0	15,5	62,8	686	5,51
	Хлеб пшеничный	19	1	0,3	8,1	38,9		1,16
	Хлеб ржаной	18	0,7	0,1	9,4	40,5		1,08
	Апельсин свежий	205	0,6	0,5	19,9	86,5	458	25,83
	Цена завтрака	89,83						

Диетсестра

Повар

В. Зау

Л.Ю. Брандт

О.М. Заворуева