



Утверждаю
 Директор
 МАОУ Сорокинской СОШ №3
 В.В. Сальникова
 27 октября 2022

Меню №20 от 7 до 11 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецепт	Цена блюда
	Салат из моркови и огурца с яйцом	80	2,4	6,1	3,9	80,1	12	8,17
	Котлеты из говядины и курицы «Школьные»	80	10,9	9,5	5,9	152,6	59	26,89
	Каша гречневая отварная вязкая	150	1,7	4,5	24,3	148,6	510	8,05
	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	60,8	685	1,52
	Яблоко свежее	109	0,4	0,0	14,4	59,2	458	10,43
	Хлеб пшеничный	21	1	0,3	8,1	38,9		1,31
	Хлеб ржаной	21	0,7	0,1	9,4	41,3		1,24
	Сыр порционнно	25	1,1	2,5	14,4	59,2		13,75
	Цена завтрака	71,36						

Меню №20 от 7 до 11 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецепт	Цена блюда
	Салат из моркови и огурца с яйцом	100	4,1	7,3	5,8	105,3	12	9,60
	Котлеты из говядины и курицы «Школьные»	120	14,1	10,3	15,2	209,9	59	37,02
	Каша гречневая отварная вязкая	180	2	5,4	29,2	173,4	510	8,50
	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	60,8	685	1,43
	Яблоко свежее	109	0,4	0,0	14,4	59,2	458	10,43
	Хлеб пшеничный	25	1,0	0,3	8,1	38,9		1,53
	Хлеб ржаной	25	0,9	0,2	8,7	40,5		1,45
	Сыр порционнно	20	1,1	2,5	14,4	59,2		11,60
	Цена завтрака	81,56						

Диетсестра
 Повар

Завр

Л.Ю. Брандт
 О.М. Заворуева