



г. Сорокино  
 Директор  
 МАОУ Сорокинской СОШ №3  
 В.В. Зальникова  
 05 декабря 2022

Меню №10 от 7 до 11 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецепта	Цена блюда	
	Салат из свежих помидоров	80	1,0	4,1	3,3	54	22	13,20	
	«Ёжики» из мяса с рисом, с соусом	100	6,1	11,7	7,4	159	390	28,32	
	Макаронные изделия отварные	150	3,4	3,1	36,8	189	516	8,75	
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,0	23,0	93	518	12,24	
	Хлеб пшеничный	19	0,4	0,2	8,8	39		1,18	
	Хлеб ржаной	19	0,5	0,3	7,6	34		1,12	
	Сыр порционнно	25						14,85	
	НАДБАВКА:								
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,0	23,0	93	518	25,00	
	Апельсин свежий	463	0,4	0,0	28,0	117	498	75,00	
	<b>Цена завтрака</b>	79,66 + 100,00							

Меню №10 от 11 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецепта	Цена блюда
	Салат из свежих помидоров	100	1,2	5,1	4,1	67	22	14,52
	«Ёжики» из мяса с рисом, с соусом	120	7,3	14,0	8,9	191	390	32,75
	Макаронные изделия отварные	180	4,1	3,7	44,2	227	516	10,51
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,0	23,0	93	518	12,24
	Хлеб пшеничный	23	0,4	0,2	8,8	39		1,42
	Хлеб ржаной	23	0,5	0,3	7,6	34		1,35
	Йогурт	115	4,5	2,5	6,8	68		7,47
	<b>Цена завтрака</b>	80,26						

Диетсестра

Повар

Л.Ю. Брандт

О.М. Заворуева