



Утверждаю
 Директор
 МАОУ Сорokinской СОШ №3
 В.В. Сальникова
 «18» __ноября__ 2022

Меню №10 от 7 до 11 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Салат «Любительский»	80	2,2	4,0	4,7	64	4	10,43
	Печень тушеная в соусе	100	8,7	9,2	5,0	138	401	36,95
	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	11,67
	Хлеб пшеничный	24	0,4	0,2	8,8	39		1,47
	Хлеб ржаной	24	0,5	0,3	7,6	34		1,40
	Яблоко свежее	257	0,4	0,0	14,4	59,2	458	24,66
	Надбавка:							
	Груша свежая	299	0,6	0,5	19,9	86,5	158	53,29
Цена завтрака	95,33+53,29							
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Бутерброд с сыром	20/20	5,7	6,2	7,2	107	3	13,42
	Каша рисовая жидкая с маслом	200/5	6,4	7,2	27,0	198	311	15,13
	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	12,0	48,8	685	1,29
	Хлеб пшеничный	30	1,5	0,4	12,2	58,4		1,86
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3		1,18
	Груша свежая	513	0,6	0,0	19,9	86,5	458	91,37
	Яблоко свежее	485	0,6	0,0	19,9	86,5	458	46,56
	Цена обеда	170,81						

Меню №10 от 11 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Салат «Любительский»	100	2,9	5,1	5,8	81	4	12,55
	Печень тушеная в соусе	120	11,5	11,9	5,3	174	401	42,54
	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	11,80
	Хлеб пшеничный	24	0,4	0,2	8,8	39		1,49
	Хлеб ржаной	24	0,5	0,3	7,6	34		1,42
	Цена завтрака	80,31						
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Бутерброд с сыром	30/30	7,2	7,8	11,9	147	3	19,84
	Каша рисовая жидкая с маслом	200/5	6,4	7,2	27,0	198	311	15,13
	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	12,0	48,8	685	1,62
	Хлеб пшеничный	40	2,0	0,6	16,2	77,8		2,48
	Хлеб ржаной	40	1,4	0,2	18,8	81,0		2,35
	Груша свежая	513	0,6	0,0	19,9	86,5	458	91,37
	Яблоко свежее	485	0,6	0,0	19,9	86,5	458	46,56
Цена обеда	179,35							

Диетсестра

Л.Ю. Брандт

Л.Ю. Брандт

Повар

О.М. Заворуева