



И.О.У. Сорokinской СОШ №3
 В.В. Сальникова
 07 декабря 2022

Меню №12 от 7 до 11 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецепт	Цена блюда
	Салат из огурцов с маслом	80	0,7	4,1	1,0	44	14/1	16,36
	Шницель из мяса	90	11,2	11,3	14,2	203	451	46,67
	Каша гречневая вязкая отварная	150	4,3	5,1	24,3	160	510	8,61
	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	685	1,47
	Хлеб пшеничный	24	0,4	0,2	8,8	39		1,49
	Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34		1,18
	НАДБАВКА:							
	Апельсин свежий	465	0,4	0,0	28,0	117	458	75,31
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,0	23,0	93	518	25,00
Цена завтрака	75,78+100,31							

Меню №12 от 11 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецепт	Цена блюда
	Салат из огурцов с маслом	100	0,9	5,1	1,2	50	14/1	16,85
	Шницель из мяса	100	12,4	12,6	15,8	226	451	49,75
	Каша гречневая вязкая отварная	180	4,8	6,1	29,2	191	510	9,61
	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	685	1,81
	Хлеб пшеничный	39	0,8	0,4	17,6	77		2,44
	Хлеб ржаной	23	0,5	0,3	7,6	34		1,35
	Цена завтрака	81,81						

Диетсестра
 Повар

В
Зав

Л.Ю.Брандт
 О.М. Заваруева