



Утверждаю
Директор
МАОУ Сорокинской СОШ №3
В.В. Сальникова
«22» декабря 2022

Меню №9 от 7 до 11 лет (не угадки)

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Салат из капусты белокочанной с морковью	100	1,6	5,0	9,7	90	4	5,69
	Жаркое из птицы	200	17,5	11,5	16,2	238	443	42,45
	Компот из ягод	200	0,2	0,0	16,9	68	513	12,92
	Хлеб пшеничный	42	0,8	0,4	17,6	77		2,61
	Хлеб ржаной	24	0,5	0,3	7,6	34		1,42
	Апельсин свежий	260	0,4	0,0	28,0	117	458	42,12
	Цена завтрака	107,21						
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Бутерброд с сыром	35	5,7	6,2	7,2	107	3	10,57
	Каша манная жидкая с маслом	200/5	5,1	7,1	28,0	196,3	311	9,77
	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	12,0	48,8	685	1,27
	Фрукт апельсин	269	0,6	0,0	19,9	86,5	458	43,58
	Фрукт яблоко	167	0,3	0,0	14,2	58	458	16,03
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3		1,18
	Цена обеда	82,40						

Меню №9 от 11 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Салат из капусты белокочанной с морковью	100	1,6	5,0	9,7	90	4	5,87
	Жаркое из птицы	280	21,8	16,8	18,4	312	443	60,75
	Компот из ягод	200	0,2	0,0	16,9	513	513	12,12
	Хлеб пшеничный	42	0,8	0,4	17,6	77,0		2,61
	Хлеб ржаной	24	0,5	0,3	7,6	34,0		1,42
	Цена завтрака	82,77						
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Бутерброд с сыром	50	3,9	9,8	10,8	147	10	14,04
	Каша манная жидкая с маслом	200/5	5,9	8,9	28,0	207	311	9,79
	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	12,0	48,8	685	1,27
	Фрукт апельсин	497	0,6	0,0	19,9	8605	458	80,55
	Хлеб ржаной	20	1,4	0,2	18,8	81,0		1,18
	Цена обеда	106,83						

Диетсестра

Л.Ю. Брандт

Повар

О.М. Заворуева