



Утверждено
 Директор
 МАОУ Сорокинской СОШ №3
 В.Е. Сальникова
 23 декабря 2022

Меню №12 от 7 до 11 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецепт	Цена блюда
	Салат «Степной»	80	1,4	4,0	6,0	66	25	12,36
	Шницель из мяса	90	11,2	11,3	14,2	203	451	36,56
	Каша гречневая вязкая отварная	150	4,3	5,1	24,3	160	510	8,60
	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	24	0,5	0,3	7,6	34		1,42
	Банан свежий	171	0,3	0,0	14,2	58	458	23,46
Цена завтрака	85,36							

Меню №12 от 11 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецепт	Цена блюда
	Салат «Степной»	100	1,7	5,0	7,5	82	25	12,95
	Шницель из мяса	100	12,4	12,6	15,8	226	451	45,63
	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	1,49
	Хлеб пшеничный	43	0,8	0,4	17,6	77		2,64
	Хлеб ржаной	24	0,5	0,3	7,6	34		1,43
	Йогурт	122	4,5	1,7	5,5	55		7,93
Цена завтрака	81,68							

Диетсестра

Повар

Л.Ю. Брандт
Зав

Л.Ю.Брандт

О.М. Заваруева