



Свердловская область  
 директор  
 ФАОУ Сорokinской СОШ №3  
 В.В. Сальникова  
 28 декабря 2022

Меню №10 от 7 до 11 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецепта	Цена блюда
	Салат «Любительский»	80	2,2	4,0	4,7	64	4	12,73
	Печень тушёная в соусе	100	8,7	9,2	5,0	138	401	33,36
	Макаронные изделия отварные	150	3,4	3,1	36,8	189	516	8,93
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,0	23,0	93	518	9,29
	Хлеб пшеничный	24	0,4	0,2	8,8	39		1,49
	Хлеб ржаной	24	0,5	0,3	7,6	34		1,42
	Яблоко	199	0,4	0,0	28,0	117	498	17,45
	НАДБАВКА:							
	Банан	1825	0,4	0,0	28,0	117	498	250,00
<b>Цена завтрака</b>	84,67 + 250,00							

Меню №10 от 11 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецепта	Цена блюда
	Салат «Любительский»	100	2,9	5,1	5,8	81	4	15,73
	Печень тушёная в соусе	120	11,5	11,9	5,3	174	401	44,43
	Макаронные изделия отварные	180	4,1	3,7	44,2	227	516	11,60
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,0	23,0	93	518	5,20
	Хлеб пшеничный	25	0,4	0,2	8,8	39		1,55
	Хлеб ржаной	25	0,5	0,3	7,6	34		1,47
	НАДБАВКА:							
	Апельсин	1543	0,4	0,0	28,0	117	458	250,00
	<b>Цена завтрака</b>	79,98 + 250,00						

Диетсестра

Повар

Л.Ю. Брандт

О.М. Заворуева



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	12,73
	Печень тушёная в соусе	100	6,1	11,7	7,4	159	390	33,36
	Макаронные изделия отварные	150	3,4	3,1	36,8	189	516	8,93
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,0	23,0	93	518	9,29
	Хлеб пшеничный	24	0,4	0,2	8,8	39		1,49
	Хлеб ржаной	24	0,5	0,3	7,6	34		1,42
	Яблоко	199	0,4	0,0	28,0	117	498	17,45
	Надбавка:							
	Банан	1825	0,4	0,0	28,0	117	458	250,00
<b>Цена завтрака</b>	<b>84,67 + 250,00</b>							
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Бутерброд с сыром	40	5,7	6,2	7,2	107	3	13,37
	Каша рисовая жидкая с маслом	200/5	6,4	7,2	27,0	198	311	15,15
	Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	501	9,22
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3		1,18
	Апельсин свежий	235	0,3	0,0	14,2	58	458	38,07
	Яблоко	291	0,3	0,0	14,2	58	458	27,94
	<b>Цена обеда</b>	<b>104,93</b>						

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	15,73
	Печень тушёная в соусе	120	11,5	11,9	5,3	174	401	44,43
	Макаронные изделия отварные	180	4,1	3,7	44,2	227	516	11,60
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,0	23,0	93	518	5,20
	Хлеб пшеничный	25	0,4	0,2	8,8	39		1,55
	Хлеб ржаной	25	0,5	0,3	7,6	34		1,47
	НАДБАВКА:							
	Апельсин	1543	0,4	0,0	28,0	117	458	250,00
<b>Цена завтрака</b>	<b>79,98 + 250,00</b>							
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Бутерброд с сыром	40	7,2	7,8	11,9	147	3	13,42
	Каша рисовая жидкая с маслом	200/5	6,4	7,2	27,0	198	311	15,05
	Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	501	9,22
	Хлеб пшеничный	20	2,0	0,6	16,2	77,8		1,18
	Апельсин свежий	437	0,4	0,0	28,0	117	458	70,75
	<b>Цена обеда</b>	<b>109,62</b>						

Диетсестра

Л.Ю. Брандт

Повар

О.М. Заворуева