



Утверждаю
 Директор
 МАОУ Сорokinской СОШ №3
 В.В. Сальникова
 « 11 » января 2023

Меню №4 от 7 до 11 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецепт	Цена блюда
	Салат из отварной моркови с огурцом	80	0,9	4,0	3,3	53	21	8,31
	Курица запеченная	90	13,8	13,0	0,0	172,0	494	42,46
	Каша гречневая вязкая отварная	150	4,3	5,1	24,3	160,0	510	9,25
	Компот из ягод	200	0,2	0,0	16,9	68,0	513	12,42
	Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69		2,37
	Хлеб пшеничный	63	1,2	0,6	26,4	116		4,00
	Йогурт	159	4,5	1,7	5,5	55		14,29
	Цена завтрака	93,10						

Меню №4 от 11 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецепт	Цена блюда
	Салат из отварной моркови с огурцом	100	1,1	5,0	4,1	66	21	10,71
	Курица запеченная	100	17,4	17,0	0,0	223,0	494	50,54
	Каша гречневая вязкая отварная	180	4,8	6,1	29,2	191,0	510	10,47
	Компот из ягод	200	0,2	0,0	16,9	68,0	513	12,36
	Хлеб ржаной	61	1,4	0,8	22,7	103		3,65
	Хлеб пшеничный	61	1,2	0,6	26,4	116		3,85
	Йогурт	106	4,5	1,7	5,5	55		9,50
	Цена завтрака	101,08						

Диетсестра

Повар

Л.Ю. Брандт
О.М. Заворуева

Л.Ю. Брандт

О.М. Заворуева