Утверждаю
Директора
МАОУ Сорокинской СОШ №3
_____ В.В Сальникова
12 » __января_ 2023

Меню №5 от 7 до 11 лет

	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецепт	Цена бдюда
Горячий завтрак	Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	80	0,7	4,0	2,5	49	14/1	17,01
	Рыба запечённая	90	13,1	10,5	2,8	158	310	21,83
	Рис припущенный	150	3,1	3,8	25,4	148	512	10,26
	Хлеб пшеничный	39	0,8	0,4	17,6	77		2,45
	Хлеб ржаной	32	0,7	0,4	11,3	51		1,94
	Сок в ассортименте	200	0,5	0,0	34,0	138	518	25,00
	Цена завтрака	78,49						

Меню №5 от 12 лет

	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецепт	Цена бдюда
Горячий завтрак	Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	100	0,9	5,0	3,1	61	14/1	24,00
	Рыба запечённая	100	15,5	12,9	3,1	191	310	24,78
	Рис припущенный	180	3,5	4,4	30,5	176	512	12,36
	Хлеб пшеничный	58	1,2	0,6	26,4	116		3,66
	Хлеб ржаной	58	1,4	0,8	22,7	103		3,48
	Сок в ассортименте	200	0,5	0,0	34,0	138	518	25,00
	Сыр порционно	25						14,50
	Цена завтрака	107,78						

Диетсестра Л.Ю. Брандт

Повар О.М. Заворуева