

Утверждаю
 Директора
 МАОУ Сорокинской СОШ №3
 В.В. Сальникова
 « 21 » февраля 2023



Меню №5 от 7 до 11 лет

| Горячий завтрак | Наименование блюд | Выход | Белки | Жиры | Углев. | Энер.цен. | Номер рецепт | Цена блюда |
|-----------------|---|----------|-------|------|--------|-----------|--------------|------------|
| | Салат «Витаминный» | 80 | 0,9 | 4,0 | 4,7 | 58 | 2 | 6,63 |
| | Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной | 250/10/5 | 5,0 | 6,3 | 14,4 | 134 | 129 | 26,07 |
| | Рыба запечённая | 90 | 13,1 | 10,5 | 2,8 | 158 | 310 | 22,21 |
| | Рис припущенный | 150 | 3,1 | 3,8 | 25,4 | 148 | 512 | 7,57 |
| | Хлеб пшеничный | 42 | 0,8 | 0,4 | 17,6 | 77 | | 2,62 |
| | Хлеб ржаной | 33 | 0,7 | 0,4 | 11,3 | 51 | | 1,99 |
| | Сок в ассортименте | 200 | 0,5 | 0,0 | 34,0 | 138 | 518 | 13,02 |
| | Фрукт апельсин | 245 | 0,4 | 0,0 | 28,0 | 117 | 458 | 35,28 |
| | Фрукт яблоко | 135 | 0,3 | 0,0 | 14,2 | 58 | 458 | 14,31 |
| Цена завтрака | 129,70 | | | | | | | |

Меню №5 от 12 лет

| Горячий завтрак | Наименование блюд | Выход | Белки | Жиры | Углев. | Энер.цен. | Номер рецепт | Цена блюда |
|-----------------|---|----------|-------|------|--------|-----------|--------------|------------|
| | Салат «Витаминный» | 100 | 1,1 | 5,0 | 5,3 | 71 | 2 | 8,29 |
| | Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной | 250/10/5 | 5,0 | 6,3 | 14,4 | 134 | 129 | 27,32 |
| | Рыба запечённая | 100 | 15,5 | 12,9 | 3,1 | 191 | 310 | 27,67 |
| | Рис припущенный | 180 | 3,5 | 4,4 | 30,5 | 176 | 512 | 9,06 |
| | Хлеб пшеничный | 63 | 1,2 | 0,6 | 26,4 | 116 | | 3,93 |
| | Хлеб ржаной | 63 | 1,4 | 0,8 | 22,7 | 103 | | 3,74 |
| | Сок в ассортименте | 200 | 0,5 | 0,0 | 34,0 | 138 | 518 | 13,02 |
| | Сыр порционно | 19 | | | | | | 14,82 |
| | Цена завтрака | 107,85 | | | | | | |

Диетсестра

Повар

(Handwritten signature)

Л.Ю. Брандт

О.М. Заворуева