



Утверждаю
 Директор
 МАОУ Сорокинской СОШ №3
 В.В. Сальникова
 «28» февраля 2023 г

Меню №7 от 7 до 11 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	1	7,79
	Каша рисовая жидкая	200	6,4	7,2	27,0	198	311	17,37
	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	685	1,17
	Апельсин свежий	652	0,4	0,0	28,0	117	458	93,89
	Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	38		1,26
	Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34		1,20
	Цена завтрака	122,68						
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Салат из огурцов с маслом	80	0,7	4,1	1,0	44	14	14,79
	Суп гороховый с мясом и гренками	250/10/20	6,5	4,8	31,8	196	139	22,96
	Биточки рыбные	100	13,2	5,1	18,1	171	345	21,37
	Пюре картофельное	150	3,3	3,6	22,3	135	520	10,02
	Хлеб пшеничный	28	0,6	0,3	13,2	58		1,78
	Хлеб ржаной	18	0,5	0,3	7,6	34		1,08
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	15,2	63	508	6,06
	Фрукт банан	234	0,4	0,0	28,0	117	458	37,86
	Сыр порционно	10						7,38
Цена обеда	123,30							

Меню №7 от 12 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	1	11,78
	Каша рисовая жидкая	200	6,4	7,2	27,0	198	311	17,29
	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	685	1,48
	Апельсин свежий	740	0,4	0,0	28,0	117	458	106,57
	Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39		1,26
	Хлеб ржаной	20	0,5	0,33	7,6	34		1,20
	Цена завтрака	139,58						
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Салат из огурцов с маслом	100	0,9	5,1	1,2	54	14	9,85
	Суп гороховый с мясом и гренками	250/10/20	6,5	4,8	31,8	196	139	21,90
	Биточки рыбные	100	13,2	5,1	18,1	171	345	23,19
	Пюре картофельное	180	3,7	4,1	26,7	159	520	10,90
	Хлеб пшеничный	57	1,2	0,6	26,4	116		3,60
	Хлеб ржаной	59	1,4	0,8	22,7	103		3,51
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	15,2	63	508	6,20
	Сыр порционно	35						27,40
Цена обеда	106,55							

Диетсестра
 Повар

З
Зав

Л.Ю. Брандт
 О.М. Заворуева