



Утверждаю
 Директор
 МАOU Сорокинской СОШ №3
 В.В. Сальникова
 «07» марта 2023 г

Меню № 6 от 7 до 11 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Бутерброд с джемом	20/20	1,8	0,3	26,4	116	2	5,27
	Каша гречневая жидкая	200	8,6	10,2	33,3	260	311	16,54
	Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	501	10,39
	Йогурт	125	4,5	1,7	5,5	55		11,25
	Хлеб ржаной	20	0,6	0,2	7,6	35		1,20
	Фрукт яблоко свежее	125	0,3	0,0	14,2	58	458	13,75
	Фрукт банан свежий	438	0,4	0,0	28,0	117	458	61,93
	Цена завтрака	120,33						
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Помидор свежий	80	0,5	0,2	3,4	17	101	20,50
	Суп картофельный с крупой, с птицей	250/15	5,7	8,5	16,3	165	138	15,21
	Котлеты, биточки из мяса	90	11,2	11,3	14,2	203	451	34,74
	Овощи тушёные	150	1,3	9,2	13,8	143	225	10,25
	Кисель из свежих ягод	200	0,3	0,2	21,5	89	505	11,65
	Хлеб пшеничный	39	0,8	0,4	17,6	77		2,45
	Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51		1,82
	Фрукт апельсин свежий	202	0,4	0,0	28,0	117	458	29,15
	Цена обеда	125,77						

Меню № 6 от 11 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Бутерброд с джемом	20/20	1,8	0,3	26,4	116	2	5,27
	Каша гречневая жидкая	200	8,6	10,2	33,3	260	311	16,59
	Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	501	10,39
	Йогурт	125	4,5	1,7	5,5	55		11,25
	Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34		1,20
	Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39		1,26
	Фрукт яблоко свежее	135	0,3	0,0	14,2	58	458	14,85
	Фрукт банан свежий	549	0,4	0,0	28,0	117	458	77,66
Цена завтрака	138,47							
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Помидор свежий	100	0,6	0,2	4,2	21	101	21,44
	Суп картофельный с крупой, с птицей	250/15	5,7	8,5	16,3	165	138	17,38
	Котлеты, биточки из мяса	100	12,4	12,6	15,8	226	451	37,74
	Овощи тушёные	180	1,6	11,0	16,5	171	171	12,49
	Кисель из свежих ягод	200	0,3	0,2	21,5	89	505	11,49
	Хлеб пшеничный	58	1,2	0,6	26,4	116		3,62
	Хлеб ржаной	58	1,4	0,8	22,7	103		3,48
Цена обеда	107,64							

Диетсестра

Повар

Л.Ю. Брандт
О.М. Заворуева

Л.Ю. Брандт

О.М. Заворуева