



Утверждаю
 Директор
 МАОУ Сорokinской СОШ №3
 В.В. Сальникова
 «30» марта 2023 г

Меню №10 от 7 до 11 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецепта	Цена блюда
	Салат «Любительский»	80	2,2	4,0	4,7	64	4	13,52
	Рассольник домашний с птицей, со сметаной	250/15/5	4,8	5,1	10,8	108	132	19,82
	«Ёжики из мяса с рисом, с соусом	100	6,1	11,7	7,4	159	390	35,35
	Макаронные изделия отварные	150	3,4	3,1	36,8	189	516	5,31
	Сок в ассортименте	200	0,3	0,0	22,0	89	518	14,00
	Хлеб пшеничный	43	0,8	0,4	17,6	77		2,72
	Хлеб ржаной	31	0,7	0,4	11,3	51		1,85
	Цена завтрака	92,57						

Меню №10 от 11 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецепта	Цена блюда
	Салат «Любительский»	100	2,9	5,1	5,8	81	4	18,41
	Рассольник домашний с птицей, со сметаной	250/15/5	4,8	5,1	10,8	108	132	19,31
	«Ёжики из мяса с рисом, с соусом	120	7,3	14,0	8,9	191	390	38,59
	Макаронные изделия отварные	180	4,1	3,7	44,2	227	516	6,44
	Сок в ассортименте	200	0,3	0,0	22,0	89	518	14,00
	Хлеб пшеничный	63	1,2	0,6	26,4	116		3,93
	Хлеб ржаной	63	1,4	0,8	22,7	103		3,74
	Цена завтрака	104,42						

Диетсестра

Повар

Л.Ю. Брандт
О.М. Заворуева

Л.Ю. Брандт

О.М. Заворуева