



Утверждаю
Директор
МАОУ Сорокинской СОШ №3
В.В. Сальникова
«07» апреля 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	7,85
	Каша рисовая жидкая	200	6,4	7,2	27,0	198	311	17,38
	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	685	1,17
	Апельсин свежий	786	0,4	0,0	28,0	117	458	113,17
	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	142,03						
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	19,21
	Суп гороховый с мясом и гречками	250/10/20	6,5	4,8	31,8	196	139	23,39
	Биточки рыбные	100	13,2	5,1	18,1	171	345	23,02
	Пюре картофельное	150	3,3	3,6	22,3	135	520	10,48
	Хлеб пшеничный	29	0,6	0,3	13,2	58		1,85
	Хлеб ржаной	18	0,5	0,3	7,6	34		1,09
	Сыр порционно	25						19,50
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	15,2	63	508	5,54
	Цена обеда	104,08						

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	17,30
	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	685	1,48
	Апельсин свежий	556	0,4	0,0	28,0	117	458	80,05
	Яблоко свежее	175	0,3	0,0	14,2	58	458	26,78
	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	139,85							
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	16,36
	Суп гороховый с мясом и гречками	250/10/20	6,5	4,8	31,8	196	139	22,59
	Биточки рыбные	100	13,2	5,1	18,1	171	345	23,23
	Пюре картофельное	180	3,7	4,1	26,7	159	520	11,50
	Хлеб пшеничный	62	1,2	0,6	26,4	116		3,88
	Хлеб ржаной	59	1,4	0,8	22,7	103		3,52
	Сыр порционно	25						19,50
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	15,2	63	508	5,68
	Цена обеда	106,26						

Диетсестра

Повар

Зав

Л.Ю. Брандт

О.М. Заворуева