

Утверждаю
 Директор
 МАОУ Сорокинской СОШ №3
 В.В. Сальникова
 «13» апреля 2023 г

Меню №11 от 7 до 11 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Бутерброд с джемом или повидлом	20/20	1,8	0,3	26,4	116	2	5,27
	Каша манная жидкая	200	5,1	7,1	28,0	196	311	15,62
	Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	501	10,39
	Йогурт	100	4,9	2,5	6,8	69		9,00
	Хлеб ржаной	20	0,6	0,2	7,6	35		1,20
	Яблоко свежее	765	0,4	0,0	28,0	117	458	86,47
	Цена завтрака	127,95						
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Салат «Пёстрый»	80	0,8	4,0	5,1	60	54	19,33
	Свекольник с мясными фрикадельками	250/15/5	4,4	5,9	10,5	113	34	24,58
	Плов из птицы	240	13,1	12,8	41,8	335	406	34,71
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	15,2	63	508	4,99
	Хлеб пшеничный	56	1,2	0,6	26,4	116		3,55
	Хлеб ржаной	24	0,5	0,3	7,6	34		1,45
	Апельсин свежий	218	0,4	0,0	14,2	117	458	28,52
	Цена обеда	117,13						

Меню №11 от 12 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Бутерброд с джемом или повидлом	20/20	1,8	0,3	26,4	116	2	5,27
	Каша манная жидкая	200	5,1	7,1	28,0	196	311	15,65
	Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	501	10,39
	Йогурт	100	4,9	2,5	6,8	69		9,00
	Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34		1,20
	Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39		1,26
	Яблоко свежее	826	0,4	0,0	28,0	117	458	93,35
Цена завтрака	136,12							
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Салат « Пёстрый»	100	1,0	5,1	6,4	76	54	24,28
	Свекольник с мясными фрикадельками	250/15/5	4,4	5,9	10,5	113	34	22,82
	Плов из птицы	250	16,1	15,3	41,8	369	406	39,26
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	15,2	63	508	5,13
	Хлеб пшеничный	61	1,2	0,6	26,4	116		3,84
	Хлеб ржаной	61	1,4	0,8	22,7	103		3,65
	Йогурт	122	4,5	1,7	5,5	55		10,98
Цена обеда	109,96							

Диетсестра

Повар

Зав

Л.Ю. Брандт

О.М. Заворуев