

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

Меню №12 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
	Запеканка «Царская» из творога с молоком сгущённым	170	13,9	10,8	33,0	285	10/5	42,55
	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	685	1,17
	Апельсин свежий	675	0,4	0,0	28,0	117	458	88,45
	<b>Цена завтрака</b>	<b>140,02</b>						
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Салат «Степной» из разных овощей	80	1,4	4,0	6,0	66	25	8,59
	Суп картофельный с мясом	250/10	4,5	4,8	15,5	123	133	21,36
	Шницель из мяса	90	11,2	11,3	14,2	203	451	34,94
	Каша гречневая вязкая отварная	150	4,3	5,1	24,3	160	510	6,35
	Сок в ассортименте	200	0,5	0,0	34,0	138	518	14,00
	Хлеб пшеничный	38	0,8	0,4	17,6	77		2,38
	Хлеб ржаной	31	0,7	0,4	11,3	51		1,84
	Фрукт яблоко свежее	147	0,4	0,0	28,0	117	458	16,60
	<b>Цена обеда</b>	<b>106,06</b>						

Меню №12 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
	Запеканка «Царская» из творога с молоком сгущённым	200	17,5	14,0	39,0	352	10/5	57,12
	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	685	1,48
	Апельсин свежий	519	0,4	0,0	28,0	117	458	68,03
	<b>Цена завтрака</b>	<b>138,41</b>						
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Салат «Степной» из разных овощей	100	1,7	5,0	7,5	82	25	9,71
	Суп картофельный с мясом	250/10	4,5	4,8	15,5	123	133	21,05
	Шницель из мяса	100	12,4	12,6	15,8	226	451	37,17
	Каша гречневая вязкая отварная	180	4,8	6,1	29,2	191	510	8,09
	Сок в ассортименте	200	0,5	0,0	34,0	138	518	14,00
	Хлеб пшеничный	62	1,2	0,6	26,4	116		3,92
	Хлеб ржаной	62	0,9	0,5	15,1	69		2,21
	Сыр порционно	15						11,55
<b>Цена обеда</b>	<b>107,70</b>							

Диетсестра

*Л.Ю. Брандт*

Л.Ю. Брандт

Повар

*О.М. Заворуева*

О.М. Заворуева