

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

Меню №1 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 из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая с маслом	200	7,5	7,7	26,0	203	311	16,00
	Какао с молоком	180	3,1	2,7	12,1	85	496	7,96
	Йогурт	100	4,5	1,7	5,5	55		9,00
	Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39		1,26
	Яблоко свежее	592	0,4	0,0	28,0	117	458	66,85
	Апельсин свежий	219	0,4	0,0	28,0	117	458	31,54
	Цена завтрака	140,46						
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Салат из свеклы отварной с чесноком	80	1,1	4,0	5,5	62	22	3,34
	Суп с овощами и крупой с мясом	250/10	5,8	4,8	8,3	100	16/2	24,79
	Фрикадельки из птицы	100	10,8	10,9	5,4	162,9	410	27,55
	Пюре картофельное	150	3,3	3,6	22,3	135	520	10,48
	Сок в ассортименте	200	0,5	0,0	34,0	138	518	13,66
	Хлеб пшеничный	63	1,2	0,6	26,4	116		4,00
	Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69		2,37
	Сыр порционно	25						19,50
	Цена обеда	105,69						

Меню №1 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 из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая с маслом	200	7,5	7,7	26,0	203	311	15,93
	Какао с молоком	200	3,8	3,5	15,9	110	496	9,37
	Йогурт	100	4,5	1,7	5,5	55		9,00
	Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39		1,26
	Яблоко свежее	248	0,4	0,0	28,0	117	458	27,99
	Апельсин свежий	438	0,4	0,0	28,0	117	458	63,07
	Цена завтрака	138,40						
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Салат из свеклы отварной с чесноком	100	1,4	5,0	6,8	78	22	4,25
	Суп с овощами и крупой с мясом	250/10	5,8	4,8	8,3	100	16/2	24,13
	Фрикадельки из птицы	100	10,8	10,9	5,4	162,9	410	27,51
	Пюре картофельное	180	3,7	4,1	26,7	159	520	11,62
	Сок в ассортименте	200	0,5	0,0	34,0	138	518	14,00
	Хлеб пшеничный	78	1,6	0,8	35,2	154		4,93
	Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103		3,60
	Сыр порционно	23						17,66
Цена обеда	107,70							

Диетсестра
Повар

Зав

Л.Ю. Брандт
О.М. Заворуева