

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

Меню №2 от 7 до 11 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
		Бутерброд с сыром	30/15	6,3	4,1	14,9	122	3
	Пудинг из творога с молоком сгущенным	180	14,3	9,9	25,6	249,0	362	43,23
	Чай с лимоном	200	0,1	0,0	13,5	54,0	686	2,03
	Апельсин свежий	614	0,4	0,0	28,0	117	458	80,20
	Цена завтрака	139,83						
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	14/1
	Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом	250/10/5	4,3	5,1	15,5	125	110	22,62
	Гуляш	100	11,0	14,3	5,5	195	152	51,39
	Макаронные изделия отварные	150	3,4	3,1	36,8	189	516	5,30
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	15,2	63	508	4,99
	Хлеб пшеничный	54	1,0	0,5	22,0	97		3,39
	Хлеб ржаной	38	0,9	0,5	15,1	69		2,30
	Цена обеда	106,28						

Меню №2 от 12 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
		Бутерброд с сыром	30/20	7,1	4,7	14,9	130,0	3
	Пудинг из творога с молоком сгущенным	200	19,9	12,2	32,5	319,0	362	49,27
	Чай с лимоном	200	0,1	0,0	13,5	54,0	686	2,34
	Апельсин свежий	526	0,4	0,0	28,0	117	458	68,96
	Цена завтрака	138,84						
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	14/1
	Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом	250/10/5	4,3	5,1	15,5	125	110	22,32
	Гуляш	100	11,0	14,3	5,5	195	152	47,76
	Макаронные изделия отварные	180	4,1	3,7	44,2	227	516	6,44
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	15,2	63	508	5,13
	Хлеб пшеничный	60	1,2	0,6	26,4	116		3,75
	Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103		3,56
	Цена обеда	107,27						

Диетсестра

Повар

Заг

Л.Ю. Брандт

О.М. Заворуева