



Утверждаю
Директор
МАОУ Сорокинской СОШ №3
В.В. Сальникова
_____ мая 2023 г

Меню №7 от 7 до 11 лет

Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	80	0,7	0,1	1,2	9	101	7,92
	Суп гороховый с мясом и гренками	250/10/20	6,5	4,8	31,8	196	139	33,58
	Биточки рыбные	100	13,2	5,1	18,1	171	345	21,30
	Пюре картофельное	150	3,3	3,6	22,3	135	520	6,02
	Хлеб пшеничный	34	0,6	0,3	13,2	58		2,18
	Хлеб ржаной	26	0,5	0,3	7,6	34		1,53
	Фрукт яблоко свежее	432	0,4	0,0	28,0	117	458	47,50
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	15,2	63	508	8,03
	Цена обеда	128,06						

Меню №7 от 12 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Бутерброд с джемом	20/20	1,8	0,3	26,4	116	2	10,28
	Каша рисовая жидкая	200	6,4	7,2	27,0	198	311	17,22
	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	685	1,43
	Апельсин свежий	445	0,4	0,0	28,0	117	458	55,63
	Яблоко свежее	332	0,3	0,0	14,2	58	458	36,56
	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	123,58						

Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	100	0,8	0,1	1,6	10,6	101	5,33
	Суп гороховый с мясом и гренками	250/10/20	6,5	4,8	31,8	196	139	32,88
	Биточки рыбные	100	13,2	5,1	18,1	171	345	24,86
	Пюре картофельное	180	3,7	4,1	26,7	159	520	15,34
	Хлеб пшеничный	58	1,2	0,6	26,4	116		3,63
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,8	22,7	103		1,81
	Фрукт яблоко свежее	195	0,4	0,0	28,0	117	458	10,43
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	15,2	63	508	4,95
	Сыр порционно	16						12,46
Цена обеда	111,69							

Диетсестра

Повар

Л.Ю. Брандт
О.М. Заворуева

Л.Ю. Брандт

О.М. Заворуева