Согласовано

Директор
МАОУ Сорокинская СОШ №3
_____/О.А. Чухно/

МЕНЮ

7 мая 2024 г.

СВО 5-11 класс завтрак-обед

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2004	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50	17,67	4,9	5,9	0,7	77
2020	54-4т	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ С СОУСОМ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	60,70	34	14,1	28,5	383
1996	578	СОУС ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	100	52,47	1,4	0,2	24,5	190
2013	495	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	6,83	2,8	2,4	14,4	91
Итого				**137,67**	**43,1**	**22,6**	**68,1**	**741**
Обед								
2004	140	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С ПТИЦЕЙ	250/15	18,04	7,7	10,7	15,2	188
2004	152	ГУЛЯШ	100	46,77	12,2	13,9	4,1	190
2004	510	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ ОТВАРНАЯ	180	7,44	7,9	8,3	31,3	232
2013	518	СОК	200	14,42	1	0,2	19,6	83
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	40	2,64	0,8	0,4	17,6	77
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	40	2,76	0,3		1	5
Итого				**92,07**	**29,9**	**33,5**	**88,8**	**775**
Всего				**229,74**	**73**	**56,1**	**156,9**	**1516**

диетсестра _____ Л.Ю.Брандт

повар _____ О.М. Заворуева