

Согласовано

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

МЕНЮ

13 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
2013	164	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	250	13,20	7,1	6,4	24,5	186
2004	686	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	1,88			11,7	48
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	20	1,38	0,2		0,5	3
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	20	1,32	1,3	0,2	7,7	38
2006	458	АПЕЛЬСИНЫ	450	67,50	2,6	0,6	23,7	126
Итого				102,95	16,1	13,1	68,8	478
Обед								
2013	132	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С ПТИЦЕЙ, СО СМЕТАНОЙ	250/15/5	26,78	7,8	10,6	14,9	188
2013	390	"ЁЖИКИ" ИЗ МЯСА С РИСОМ, С СОУСОМ(СВИНИНА МЯСНАЯ И ГОВЯДИНА)	120	37,53	9,4	17,8	14,1	256
2004	516	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,89	6,8	4,8	43,7	246
2013	518	СОК	200	14,43	1	0,2	19,6	83
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	40	2,76	0,8	0,4	17,6	77
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	40	2,64	2,5	0,5	15,3	77
Итого				91,03	28,3	34,3	125,2	927
Всего				193,98	44,4	47,4	194	1405

диетсестра

Л.Ю.Брандт

повар

О.М. Заворуева