

Согласовано

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

# МЕНЮ

15 мая 2024 г.

## СВО 5-11 класс завтрак-обед

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2004	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/15	11,96	0,3	12	0,8	113
2011	10/5	ЗАПЕКАНКА "ЦАРСКАЯ" ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	52,09	31,6	17,7	50	488
2004	685	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,04			11,6	47
2006	458	ЯБЛОКИ	300	42,00	1,1	1,1	25,1	120
<b>Итого</b>				<b>107,09</b>	<b>33</b>	<b>30,8</b>	<b>87,5</b>	<b>768</b>
<b>Обед</b>								
2004	133	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	250/10	21,90	4,8	7,7	14,5	147
2004	451	ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА	100	40,77	12,4	12,6	15,8	226
2004	510	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ ОТВАРНАЯ	180	7,43	7,9	8,3	31,3	232
2013	518	СОК	200	14,43	0,5		34	138
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	40	2,76	0,8	0,4	17,6	77
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	40	2,64	2,5	0,5	15,3	77
2004	97	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	9,75	2,6	3,4		42
<b>Итого</b>				<b>99,68</b>	<b>31,5</b>	<b>32,9</b>	<b>128,5</b>	<b>939</b>
<b>Всего</b>				<b>206,77</b>	<b>64,5</b>	<b>63,7</b>	<b>216</b>	<b>1707</b>

диетсестра

Л.Ю.Брандт

повар

О.М. Заворуева