

Согласовано

Директор
МАОу Сорокинской СОШ №3
/О.А. Чухно/

МЕНЮ

16 мая 2024 г.

СВО 5-11 класс завтрак-обед

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/15	11,61	0,3	12,4	0,7	116
2004	311	КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	15,49	6,6	9,7	24,3	210
2011	496	КАКАО С МОЛОКОМ	200	7,64	3,8	3	14,8	102
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	17	1,21	0,1		0,4	2
2006	458	ЯБЛОКИ	420	58,80	1,5	1,5	35,1	169
Итого				94,75	12,3	26,6	75,3	599
Обед								
2011	16/2	СУП С ОВОЩАМИ И КРУПОЙ С МЯСОМ	250/10	26,37	7	9,9	11,5	163
2013	410	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	100	46,94	10,8	10,9	5,4	163
2004	520	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	14,35	3,8	5,3	25,7	167
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
Итого				107,49	25,4	27	109,5	785
Всего				202,24	37,7	53,6	184,8	1384

диетсестра  Л.Ю.Брандт

повар  О.М. Заворуева