

Согласовано



Заведующая филиалом
МАОУ Сорокинской СОШ №3
Федорова Елена Юрьевна/

МЕНЮ
20 ноября 2023 г.
7-11 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед								
2013	58	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	80	7,10	1,7	4	6	66
1996	181	УХА РЫБАЦКАЯ	250/50	23,28	8,2	5,6	12,8	134
2020,2021	54-9м	МЯСО ТУШЕНОЕ С КАРТОФЕЛЕМ	250	54,19	3,8	7,5	30,5	206
2013	518	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	14,85	1	0,2	19,6	83
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,48	2,4	0,5	14,5	72
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,96	0,7	0,4	11,7	53
Итого				103,86	17,8	18,2	95,1	614
Всего				103,86	17,8	18,2	95,1	614

Федорова Е.Ю.

Повар *Кондратьева* Кондратьева Наталья Владимировна



Согласовано

Заведующая филиалом
МАОУ Сорожинской СОШ №3
Федорова Елена Юрьевна/

МЕНЮ

20 ноября 2023 г.

с 12 лет и старше

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед								
2013	58	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100	9,16	2,1	5,1	7,6	84
1996	181	УХА РЫБАЦКАЯ	250/50	23,64	8,2	5,6	12,8	134
2020,2021	54-9м	МЯСО ТУШЕНОЕ С КАРТОФЕЛЕМ	250	55,49	3,9	8	30,6	212
2013	518	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	14,22	1	0,2	19,6	83
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	2,68	2,6	0,5	15,6	78
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,41	1,3	0,8	21,6	98
Итого				107,60	19,1	20,2	107,8	689
Всего				107,60	19,1	20,2	107,8	689

Федорова Е.Ю.

Повар Кондратьева Кондратьева Наталья Владимировна