

Согласовано



Заведующая филиалом
 МАОУ Сорокинской СОШ №3
 /Фёдорова Елена Юрьевна/

МЕНЮ

21 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								
2004	21	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ОГУРЦОМ	80	7,62	1,2	4,3	4,6	66
2013	142	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	20,46	4,6	8,9	10,2	141
2004	494	КУРИЦА ЗАПЕЧЁНАЯ	90	58,84	22,8	25,4	0,1	320
2004	510	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	6,29	6,6	6,9	26,1	193
2013	513	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	12,91			14,6	58
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,51	2,4	0,5	14,6	73
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,19	0,5	0,3	7,2	32
Итого				109,82	38,1	46,3	77,4	883
Всего				109,82	38,1	46,3	77,4	883

Фёдорова Е. Ю.

Повар *Кондратьева* Кондратьева Наталья Владимировна

Согласовано



Заведующая филиалом
МАОУ Сорокинской СОШ №3
Фёдорова Елена Юрьевна/

МЕНЮ

21 ноября 2023 г.

с12 лет и старше

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед								
2004	21	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ОГУРЦОМ	100	8,36	1,3	5,3	5,5	78
2013	142	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	19,22	4,3	8,7	10,2	138
2004	494	КУРИЦА ЗАПЕЧЁНАЯ	100	66,33	25,3	28,2	0,2	356
2004	510	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	8,09	7,9	8,3	31,3	232
2013	513	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	12,85			14,6	58
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	2,80	2,7	0,5	16,3	82
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,74	1,5	0,9	25	113
Итого				120,39	43	51,9	103,1	1057
Всего				120,39	43	51,9	103,1	1057

Собакоро Н.А.

Повар *Кондратьева* Кондратьева Наталья Владимировна