

Согласовано

Директор
 МАОУ Сорокинская СОШ №3
 Ю.А. Чухно



МЕНЮ

12 марта 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								
2004	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/15	13,05	0,3	12	0,8	113
2011	10/5	ЗАПЕКАНКА "ЦАРСКАЯ" ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	51,68	32,1	17,7	50,1	491
2004	685	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,13			11,6	47
2006	495	ГРУША СВЕЖАЯ	200	34,00	0,7	0,5	17,9	82
Итого				99,86	33,1	30,2	80,4	733
Обед								
2004	133	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	250/10	22,77	4,8	7,7	14,5	147
2004	451	ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА	100	42,85	12,4	12,6	15,8	226
2004	510	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ ОТВАРНАЯ	180	6,98	7,9	8,3	31,3	232
2013	518	СОК	200	14,22	0,5		34	138
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	40	2,76	1,2	0,6	26,4	116
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	40	2,64	2,5	0,5	15,3	77
2004	97	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	15,60	4,5	5,6		70
Итого				107,82	33,8	35,3	137,3	1006
Всего				207,68	66,9	65,5	217,7	1739

диетсестра _____ Л.Ю.Брандт

повар _____ О.М. Заваруева