



Утверждаю  
Директор

МАОУ Сорокинской СОШ №3

О.А. Чухно

«06» сентября 2023 г.

Меню №3 от 7 до 11 лет

ОБЕД	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюд
	Салат из свежих помидоров с зелёным горошком	80	1,4	4,1	7,5	73	23	9,49
	Уха рыбацкая	250/50	9,3	7,2	10,4	144	181	21,84
	Мясо тушеное с картофелем	250	12,7	14,3	34,7	318	54	68,53
	Сок яблочный	200	0,3	0,0	22,0	89,0	518	14,00
	Хлеб пшеничный	38	0,8	0,4	17,6	77		2,42
	Хлеб ржаной	38	0,7	0,4	11,3	51		2,30
	<b>Цена завтрака</b>	118,58						

Меню №3 от 11 лет

ОБЕД	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюд
	Салат из свежих помидоров с зелёным горошком	100	1,8	5,1	9,4	91	23	9,75
	Уха рыбацкая	250/50	9,3	7,2	10,4	144	181	21,84
	Мясо тушеное с картофелем	250	12,7	14,3	34,7	318	54	63,73
	Сок яблочный	200	0,3	0,0	22,0	89	518	14,00
	Хлеб пшеничный	60	1,2	0,6	26,4	116		1,30
	Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103		1,23
	<b>Цена завтрака</b>	111,85						

Диетсестра

Л.Ю. Брандт

Повар

О.М. Заворуева





Меню №3 от 7 до 11 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Масло сливочное(порциями)	10	0,2	7,3	0,1	67	96	6,59
	Суп молочный с крупой	250	5,8	7,5	23,8	186	164	12,57
	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	685	1,08
	Фрукт яблоко свежее	932	0,4	0,0	28,0	117	458	107,23
	<b>Цена завтрака</b>	127,47						
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Салат из свежих помидоров с зеленым горошком	80	1,4	4,1	7,5	73	23	9,49
	Уха рыбацкая	250/50	9,3	7,2	10,4	144	181	21,84
	Мясо тушеное с картофелем	250	12,07	14,3	34,7	318	54	68,53
	Сок яблочный	200	0,3	0,0	22,0	89	518	14,00
	Хлеб пшеничный	38	0,8	0,4	17,6	77		2,42
	Хлеб ржаной	38	0,7	0,4	11,3	51		2,30
	<b>Цена обеда</b>	118,58						

Меню №3 от 12 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Масло сливочное(порциями)	10	0,2	7,3	0,1	67	96	6,59
	Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34		1,20
	Суп молочный с крупой	250	5,8	7,5	23,8	186	164	12,53
	Чай сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	685	1,58
	Фрукт яблоко свежее	977	0,4	0,0	28,0	117	458	112,35
	<b>Цена завтрака</b>	134,25						
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Салат из свежих помидоров с зеленым горошком	100	1,8	5,0	14,0	111	58	9,75
	Уха рыбацкая	250/50	9,3	7,2	10,4	144	181	21,84
	Мясо тушеное с картофелем	250	12,7	14,3	34,7	318	54	63,73
	Сок яблочный	200	0,3	0,0	22,0	89	518	14,00
	Хлеб пшеничный	60	1,2	0,6	26,4	116		1,30
	Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103		1,23
<b>Цена обеда</b>	111,85							

Диетсестра

Повар

*Зав*

Л.Ю. Брандт

О.М. Заворуева