



Утверждаю
Директор
МАОУ Сорокинской СОШ №3
О.А. Чухно
«11» октября 2023 г

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
	Сдоба обыкновенная	80	7,5	2,4	50,5	254		23,20
	Суп молочный с крупой	250	5,8	7,5	23,8	186	164	12,46
	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	685	1,08
	Фрукт мандарин свежий	155	0,4	0,0	28,0	117	458	53,17
	Фрукт банан свежий	201	0,4	0,0	28,0	117	458	40,20
	Цена завтрака	136,70						
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Салат из свеклы с зелёным горошком	80	2,1	4,0	11,2	89	58	7,04
	Уха рыбацкая	250/50	9,3	7,2	10,4	144	181	21,83
	Мясо тушёное с картофелем	250	1207	14,3	34,7	318	54	72,43
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	15,2	63	508	3,49
	Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77		2,62
	Хлеб ржаной	32	0,7	0,4	11,3	51		1,99
	Цена обеда	109,40						

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
	Сдоба обыкновенная	80	7,5	2,4	50,5	254		23,20
	Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34		1,26
	Суп молочный с крупой	250	5,8	7,5	23,8	186	164	12,43
	Чай сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	685	1,58
	Фрукт банан свежих	450	0,4	0,0	28,0	117	458	89,94
	Цена завтрака	135,00						
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Салат из свеклы с зелёным горошком	100	2,6	5,0	14,0	111	58	9,08
	Уха рыбацкая	250/50	9,3	7,2	10,4	144	181	21,85
	Мясо тушёное с картофелем	250	12,7	14,3	34,7	318	54	71,68
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	15,2	63	508	3,45
	Хлеб пшеничный	39	1,2	0,6	26,4	116		2,56
	Хлеб ржаной	39	1,4	0,8	22,7	103		2,44
	Цена обеда	111,06						

Диетсестра

Повар

Л.Ю. Брандт

О.М. Заворуева