

Согласовано

Директор
МАОУ Сорокинская СОШ №3
О.А. Чухно/



МЕНЮ

21 ноября 2023 г.

с 12 лет и старше

Сборник рецептур	№ 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	9,60	1,1	5	4,1	66
2013	142	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250/10/5	20,61	4,4	5,9	7,8	102
2004	494	КУРИЦА ЗАПЕЧЕНАЯ	100	57,50	17,4	17	0	223
2004	510	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ ОТВАРНАЯ	180	8,12	4,8	6,1	29,2	191
2013	513	КОМПОТ ИЗ ЯГОД	200	12,85	0,2	0	16,9	68
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	40	2,75	1,2	0,6	26,4	116
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	40	2,74	1,4	0,8	22,7	103
Итого				114,17	30,5	35,4	107	868
Всего				114,17	30,5	35,4	107	868

диетсестра _____ Л.Ю.Брандт

повар _____ О.М. Заваруева