

Утверждаю

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



МЕНЮ
 29 января 2024 г.

СВО 5-11 класс

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2004	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50	17,07	4,7	5,6	0,7	74
2020	54-4т	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ С СОУСОМ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	170	52,46	36,3	14,3	58,3	514
1996	578	СОУС ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	100	25,02	1,4	0,2	24,6	190
2013	495	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	6,90	2,8	2,4	14,4	91
2006	495	ГРУША СВЕЖАЯ	170	28,90	0,6	0,5	15,3	70
2006	495	ГРУША СВЕЖАЯ	170	28,90	0,6	0,5	15,3	70
Итого				130,35	45,8	23	113,3	939
Обед								
2004	140	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С ПТИЦЕЙ	255/15	18,62	7,7	11	15,4	192
2004	152	ГУЛЯШ	100	47,65	12,4	13,3	3,7	184
2004	510	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ ОТВАРНАЯ	180	6,86	8	8,4	31,6	234
2013	518	СОК	200	14,22	1	0,2	19,6	83
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	40	2,76	0,3		1	5
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	40	2,64	2,5	0,5	15,3	77
Итого				92,75	31,9	33,4	86,6	775
Всего				92,75	31,9	33,4	86,6	775

диетсестра _____ Л.Ю.Брандт

повар _____ О.М. Заваруева