

Согласовано



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

МЕНЮ

30 января 2024 г.

СВО 5-11 класс завтрак-обед

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/15	13,05	0,3	13,8	0,8	129
2004	311	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	19,16	5,1	8,2	28,1	207
2004	685	ЧАЙ С САХАРОМ	220	1,16	0,1		13,9	56
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	20	1,38	0,2		0,5	3
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	20	1,32	1,3	0,2	7,7	38
Итого				36,07	7	22,2	51	433
Обед								
2004	139	СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ С ГРЕНКАМИ	250/10/20	24,45	9,3	8,4	21,1	198
2013	345	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	110	30,36	11,4	8,9	7,8	156
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	14,71	3,9	6,7	25,8	179
2013	508	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	210	3,70			9,7	39
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	40	2,76	0,3		1	5
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	40	2,64	2,5	0,5	15,3	77
2006	458	ЯБЛОКИ	500	60,00	1,7	1,7	41,8	201
Итого				138,62	29,1	26,2	122,5	855
Всего				174,69	36,1	48,4	173,5	1288

диетсестра _____ Л.Ю.Брандт

повар _____ О.М. Заваруева