

Согласовано

Директор
 MAOY Сорокинская СОШ №3
 Ю.А. Чухно/

МЕНЮ

6 февраля 2024 г.

СВО 5-11 класс завтрак-обед



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
2004	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/15	13,05	0,3	13,4	0,8	125
2004	311	КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	205	16,77	6,7	9,9	24,8	214
2013	496	КАКАО С МОЛОКОМ	200	8,78	3,6	2,9	14,7	100
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	20	1,38	0,2		0,5	3
2006	458	БАНАН	220	45,32	1,9	0,7	26,9	123
2006	458	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	136	31,57	0,8	0,2	7,4	37
Итого				116,87	13,5	27,1	75,1	602
Обед								
2011	16/2	СУП С ОВОЩАМИ И КРУПОЙ С МЯСОМ	240/10	25,87	6,3	9,7	11,4	159
2013	410	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	105	44,03	13,1	6,8	8	145
2004	520	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	14,70	3,9	6,7	25,8	179
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
2006	458	ЯБЛОКИ	163	19,36	0,6	0,6	13,7	66
Итого				123,58	27,7	24,5	94,8	714
Всего				240,45	41,2	51,6	169,9	1316

диетсестра _____ Л.Ю. Брандт

повар _____ О.М. Заваруева