

Согласовано

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

**МЕНЮ**  
12 февраля 2024 г.

7-11 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>								
1996	129	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	25,40	5,3	8,5	16,5	164
1996	310	РЫБА ЗАПЕЧЁНАЯ	90	26,64	10,9	3,5	1,7	82
2004	512	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	9,13	3,6	4,6	37,6	206
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	40	2,76	0,8	0,4	17,6	77
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	30	1,98	0,7	0,4	11,3	51
2013	518	СОК	200	14,22	1	0,2	19,6	138
2006	458	ЯБЛОКИ	180	25,52	0,6	0,6	15	72
<b>Итого</b>				<b>105,65</b>	<b>23,6</b>	<b>17,8</b>	<b>102,9</b>	<b>790</b>
<b>Всего</b>				<b>105,65</b>	<b>23,6</b>	<b>17,8</b>	<b>102,9</b>	<b>790</b>

диетсестра \_\_\_\_\_ Л.Ю.Брандт

повар 31 \_\_\_\_\_ О.М. Заваруева