

Согласовано

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

МЕНЮ

21 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	40	4,77	1,8	0,3	26,4	116
2004	311	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	16,93	7,3	10,2	25,8	225
2013	501	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	8,96	3,5	2,4	17,9	108
		ЙОГУРТ	117	10,50	2,2	1,7	3,4	54
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	20	1,32	1,3	0,2	7,7	38
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	20	1,38	0,2		0,5	39
2006	458	АПЕЛЬСИНЫ	250	38,70	1,5	0,3	13,2	70
Итого				82,56	17,8	15,1	94,9	650
Обед								
2004	34	СВЕКОЛЬНИК С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, СО СМЕТАНОЙ	280/15/5	30,67	7,2	10,7	15,2	186
2013	406	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	250	60,59	19,1	11,1	46,4	362
2013	508	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	210	3,69			9,7	63
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	40	2,76	0,3		1	78
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	40	2,64	2,5	0,5	15,3	77
2004	97	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	16	13,00	3,7	4,8		58
Итого				113,35	32,8	27,1	87,6	824
Всего				195,91	50,6	42,2	182,5	1474

диетсестра _____ Л.Ю.Брандт

повар _____ О.М. Заваруева