

Согласовано



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

# МЕНЮ

27 февраля 2024 г.

## СВО 5-11 класс завтрак-обед

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>								
2004	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50	17,67	6,4	12,4	10,6	187
2004	362	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	61,45	35,8	11,8	58,4	486
2004	686	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	2,06			11,7	48
2006	458	ЯБЛОКИ	150	21,60	0,5	0,5	12,5	60
<b>Итого</b>				<b>102,78</b>	<b>42,7</b>	<b>24,7</b>	<b>93,2</b>	<b>781</b>
<b>Обед</b>								
2008	76	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, С МЯСОМ	250/10/5	24,37	4,7	8,3	10,3	134
2004	152	ГУЛЯШ	100	47,65	12,2	13,9	4,1	190
2004	516	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	7,90	6,8	4,8	43,7	246
2013	508	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	3,69	0,5		15,2	63
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	40	2,76	1	0,4	17,6	78
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	40	2,64	2,5	0,5	15,3	77
2006	458	АПЕЛЬСИНЫ	260	40,25	1,6	0,3	13,7	73
<b>Итого</b>				<b>129,26</b>	<b>29,3</b>	<b>28,2</b>	<b>119,9</b>	<b>861</b>
<b>Всего</b>				<b>232,04</b>	<b>72</b>	<b>52,9</b>	<b>213,1</b>	<b>1642</b>

диетсестра \_\_\_\_\_ Л.Ю.Брандт

повар \_\_\_\_\_ О.М. Заваруева