

Согласовано

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

МЕНЮ

2 марта 2024 г.

СВО 5-11 класс завтрак-обед



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2004	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	40	4,77	1,8	0,3	26,4	116
2004	311	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ ОТВАРНАЯ	200	20,35	8,8	9,2	34,8	257
2013	501	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	10,06	3,4	2,4	17,5	106
		ЙОГУРТ	240	21,60	4,7	3,5	7	112
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	20	1,32	1,3	0,2	7,7	38
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	20	1,38	0,2		0,5	3
2006	458	БАНАН	180	37,09	1,6	0,5	22	101
Итого				96,57	21,8	16,1	115,9	733
Обед								
2004	138	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ С ПТИЦЕЙ	250/15	23,50	8	10,8	19,7	209
2004	451	КОТЛЕТЫ БИТОЧКИ ИЗ МЯСА	100	73,92	16,6	14,9	7,6	232
2004	225	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	180	17,12	4,4	12,2	25,3	231
2013	505	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	8,39	0,3	0,1	21,6	108
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	40	2,76	0,8	0,4	17,6	77
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	40	2,64	2,5	0,5	15,3	77
Итого				128,33	32,6	38,9	107,1	934
Всего				224,90	54,4	55	223	1667

диетсестра

Л.Ю.Брандт

повар

О.М. Заваруева