

Согласовано

Директор  
 МАОУ Сорокинская СОШ №3  
 Ю.А. Чухнов

# МЕНЮ

4 марта 2024 г.

## СВО 5-11 класс завтрак-обед



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2004	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/15	13,05	0,3	12	0,8	113
2004	311	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	19,17	5	8,1	27,9	205
2004	685	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,13	0,1		12,6	51
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	20	1,38	0,2		0,5	3
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	20	1,32	1,3	0,2	7,7	38
2006	458	АПЕЛЬСИНЫ	520	77,33	3	0,7	27,4	145
<b>Итого</b>				<b>113,38</b>	<b>9,9</b>	<b>21</b>	<b>76,9</b>	<b>555</b>
<b>Обед</b>								
2004	139	СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ С ГРЕНКАМИ	250/10/20	24,70	9,4	7,9	21,4	194
2013	345	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	100	28,08	10,6	6,5	7,5	129
2004	520	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	15,42	3,8	5,3	25,7	167
2013	508	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	3,69	0,5		15,2	63
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	40	2,76	0,3		1	5
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	40	2,64	2,5	0,5	15,3	77
2004	97	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	25	20,80	5,5	7,1		87
<b>Итого</b>				<b>98,09</b>	<b>32,6</b>	<b>27,3</b>	<b>86,1</b>	<b>722</b>
<b>Всего</b>				<b>211,47</b>	<b>42,5</b>	<b>48,3</b>	<b>163</b>	<b>1277</b>

диетсестра \_\_\_\_\_ Л.Ю.Брандт

повар \_\_\_\_\_ О.М. Заваруева