

Согласовано

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

МЕНЮ

7 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	
Завтрак								
2004	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50	17,67	4,9	5,9	0,7	77
2013	164	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	250	13,91	7,1	6,4	24,5	186
2004	686	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	2,21			11,7	48
		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	260	38,67	1,6	0,3	13,7	73
2006	458	ЯБЛОКИ	180	29,54	0,6	0,6	15	72
Итого				104,70	15,7	13,4	73,8	497
Обед								
2013	132	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С ПТИЦЕЙ, СО СМЕТАНОЙ	250/15/5	27,69	7,8	10,6	14,9	188
2004	516	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	7,89	6,8	4,8	43,7	246
2013	390	"ЁЖИКИ " ИЗ МЯСА С РИСОМ; С СОУСОМ(СВИНИНА МЯСНАЯ И ГОВЯДИНА)	120	36,04	9,3	17,8	13,3	252
2013	518	СОК	200	14,22	0,3		22	89
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	40	2,76	1,2	0,6	26,4	116
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	40	2,64	2,5	0,5	15,3	77
Итого				91,24	27,9	34,3	135,6	968
Всего				195,94	43,6	47,7	209,4	1465

диетсестра _____ Л.Ю.Брандт

повар _____ О.М. Заваруева