

Согласовано

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

МЕНЮ

11 марта 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	
Завтрак								
2004	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	40	4,77	1,8	0,3	26,4	116
2004	311	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	16,92	7,3	8,9	25,4	211
2013	501	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	8,96	3,4	2,4	17,5	106
		ЙОГУРТ	143	12,90	2,7	2	4	64
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	20	1,32	1,3	0,2	7,7	38
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	20	1,38	0,2		0,5	3
2006	495	ГРУША СВЕЖАЯ	200	34,00	0,7	0,5	17,9	82
Итого				80,25	17,4	14,3	99,4	620
Обед								
2004	34	СВЕКОЛЬНИК С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, СО СМЕТАНОЙ	250/15/5	30,59	5,6	8,7	14,5	158
2013	406	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	250	60,58	18,9	11,1	47	364
2013	508	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	3,69	0,5		15,2	63
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	40	2,76	1,2	0,6	26,5	116
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	40	2,64	2,5	0,5	15,3	77
2004	97	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	15,60	4,5	5,6		70
Итого				115,86	33,2	26,5	118,5	848
Всего				196,11	50,6	40,8	217,9	1468

диетсестра

Л.Ю.Брандт

повар

О.М. Заваруева