Согласовано

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

МЕНЮ

18 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	6,4	12,4	10,6	187
2004	362	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕНЫМ	200	60,72	35,8	11,8	58,4	486
2004	686	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	2,21			11,7	48
Итого				**80,60**	**42,2**	**24,2**	**80,7**	**721**
Обед								
2008	76	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ , С МЯСОМ	250/10/5	24,44	4,7	8,3	10,2	134
2004	152	ГУЛЯШ	100	47,59	11	14,3	5,5	195
2004	516	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	7,89	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	1,2	0,6	26,4	116
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	40	2,64	2,5	0,5	15,3	77
2004	97	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	25	20,80	5,5	7,1		87
Итого				**109,81**	**32,2**	**35,6**	**116,3**	**918**
Всего				**190,41**	**74,4**	**59,8**	**197**	**1639**

диетсестра _____ Л.Ю.Брандт

повар _____ О.М. Заваруева