

Согласовано

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



МЕНЮ

1 апреля 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
2020	54-4т	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ С СОУСОМ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	175	56,57	31,9	14,1	28,2	372
1996	578	СОУС ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	100	41,62	1,4	0,2	24,5	190
2013	495	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	6,86	2,8	2,4	14,4	91
Итого				122,72	41	22,6	67,8	730
Обед								
2004	140	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С ПТИЦЕЙ	250/15	18,60	7,7	10,7	15,2	188
2004	152	ГУЛЯШ	100	47,59	12,2	13,9	4,1	190
2004	510	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ ОТВАРНАЯ	180	6,98	7,9	8,3	31,3	232
2013	518	СОК	200	14,22	0,3		22	89
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	40	2,64	0,8	0,4	17,6	77
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	40	2,76	0,3		1	5
2004	97	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	15,60	4,5	5,6		70
Итого				108,39	33,7	38,9	91,2	851
Всего				231,11	74,7	61,5	159	1581

диетсестра _____ Л.Ю.Брандт

повар _____ О.М. Заворуева