

Согласовано

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

МЕНЮ

23 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	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/15	13,05	0,3	12	0,8	113
2011	10/5	ЗАПЕКАНКА "ЦАРСКАЯ" ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	51,44	32,1	17,7	50,1	491
2004	685	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,14			11,6	47
2006	458	АПЕЛЬСИНЫ	410	62,03	2,4	0,5	21,6	115
Итого				127,66	34,8	30,2	84,1	766
Обед								
2004	133	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	250/10	22,96	4,8	7,7	14,5	147
2004	451	ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА	100	42,54	12,4	12,6	15,8	226
2004	510	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ ОТВАРНАЯ	180	6,98	5,4	7,9	24,7	191
2013	518	СОК	200	14,41	0,5		34	138
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	40	2,76	0,8	0,4	17,6	77
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	40	2,64	2,5	0,5	15,3	77
Итого				92,29	26,4	29,1	121,9	856
Всего				219,95	61,2	59,3	206	1622

диетсестра  Л.Ю.Брандт.

повар  О.М. Заворуева