

Согласовано

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

МЕНЮ

24 апреля 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								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/15	13,05	0,3	12,4	0,8	116
2004	311	КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	16,77	6,6	9,7	24,3	210
2011	496	КАКАО С МОЛОКОМ	200	7,24	3,8	3	14,8	102
		ЙОГУРТ	170	15,30	3,3	2,5	4,9	79
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	20	1,38	0,2		0,5	3
2006	495	ГРУША СВЕЖАЯ	220	37,40	0,8	0,6	19,8	90
Итого				91,14	15	28,2	65,1	600
Обед								
2011	16/2	СУП С ОВОЩАМИ И КРУПОЙ С МЯСОМ	250/10	25,19	7	9,9	11,5	163
2013	410	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	100	47,54	10,8	10,9	5,4	163
2004	520	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	15,42	3,8	5,3	25,7	167
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				107,96	25,4	27	109,5	785
Всего				199,10	40,4	55,2	174,6	1385

диетсестра

Л.Ю.Брандт

повар

О.М. Заворуева