

Согласовано

Заведующая филиалом
Филиал МАОУ Сорокинской СОШ №3 Ворсихинская СОШ

Володина /О.И. Володина/

МЕНЮ

19 декабря 2023 г.

с 7 до 11 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед								
2013	4	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ С МОРКОВЬЮ	100	8,31	1,6	5	0,7	90
2013	149	СУП С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/100	25,06	12,9	7,2	20,6	199
1996	443	ЖАРКОЕ ИЗ ПТИЦЫ	220	52,78	17,5	11,5	16,2	238
2013	513	КОМПОТ ИЗ ЯГОД	200	12,65	0,2		16,9	68
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,76	0,8	0,4	17,6	77
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,98	0,7	0,4	11,3	51
Итого				103,54	33,7	24,5	83,3	723
Всего				103,54	33,7	24,5	83,3	723

Диетсестра

Н.П. Мягих

Повар

О.В. Дубровских

Согласовано

Заведующая филиалом
Филиал МАОУ Сорокинской СОШ №3 Ворсихинская СОШ
Володина /О.И. Володина/



МЕНЮ

19 декабря 2023 г.

ОВЗ 1-4 классы

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2004	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/10	7,98	0,3	8,4	1,5	83
2004	311	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	200	15,29	7	8,1	34,7	243
2013	496	КАКАО С МОЛОКОМ	180	6,38	3,2	2,7	12,3	86
		ЙОГУРТ 2,5%	200	22,50	7	6,3	11,3	141
2006	458	БАНАН	250	49,04	2,3	0,8	31,5	144
2006	458	ФРУКТ ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	250	39,17				
Итого				140,36	19,8	26,3	91,3	697
Всего				140,36	19,8	26,3	91,3	697

Диетсестра Н.П. Мягих

Повар О.В. Дубровских

Согласовано

Заведующая филиалом
 Филиал МАОУ Сорокинской СОШ №3 Ворсихинская СОШ
 Вологод - /О.И. Володина/



МЕНЮ

19 декабря 2023 г.

с 12 лет и старше

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед								
2013	4	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ С МОРКОВЬЮ	100	8,40	1,8	5,1	5,9	79
2013	149	СУП С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/100	38,71	2,6	5,7	16	127
1996	443	ЖАРКОЕ ИЗ ПТИЦЫ	280	77,64	24,9	36	23,4	518
2013	513	КОМПОТ ИЗ ЯГОД	200	12,85	0,2	1	15,7	73
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,77	0,4	0,2	2,7	17
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,63				
Итого				143,00	29,9	48	63,7	814
Всего				143,00	29,9	48	63,7	814

Диетсестра Н.П. Мягих

Повар О.В. Дубровских

Согласовано

Заведующая филиалом
Филиал MAOY Сорокинской СОШ №3 Ворсихинская СОШ
Володина О.И. Володина/



МЕНЮ
19 декабря 2023 г.
набавка 5-11 класс

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед								
2008		АПЕЛЬСИН	380	71,44	2,3	0,5	20,6	110
2006	458	БАНАН	240	47,65	2,2	0,7	30,2	138
Итого				119,09	4,5	1,2	50,8	248
Всего				119,09	4,5	1,2	50,8	248

Диетсестра *Н.П. Мягих* Н.П. Мягих

Повар *О.В. Дубровских* О.В. Дубровских