

Согласовано

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



МЕНЮ

28 декабря 2023 г.

с 7 до 11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед*								
2004	21	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ОГУРЦОМ	80	9,84	0,9	4	3,3	53
2013	142	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250/10/50	23,13	4,4	5,9	7,8	102
2004	510	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	160	7,96	4,3	5,1	24,3	160
2004	494	КУРИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ	90	43,11	13,8	13		172
2013	513	КОМПОТ ИЗ ЯГОД	205	13,99	0,2		16,9	68
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,14	1,2	0,6	26,4	116
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,64	0,9	0,5	15,1	69
Итого				104,81	25,7	29,1	93,8	740
Всего				104,81	25,7	29,1	93,8	740

Диетсестра  Н.П. Мягих

Повар  О.В. Дубровских

Согласовано

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



МЕНЮ

28 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	7,36	1,8	7,1	9,9	111
2004	340	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	205	70,57	22,7	20,5	2,4	285
2013	495	ЧАЙ С МОЛОКОМ	195	6,90	2,8	2,5	15,9	97
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,33	0,5	0,3	7,6	34
2006	458	ФРУКТЫ В АССОРТИМЕНТЕ	153	42,73	0,4	0,4	28	117
Итого				128,89	28,2	30,8	63,8	644
Всего				128,89	28,2	30,8	63,8	644

Диетсестра

Н.П. Мягих

Повар

О.В. Дубровских

Согласовано

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

МЕНЮ

28 декабря 2023 г.

набавка 5-11 класс

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Обед								
2008		АПЕЛЬСИН	778	147,76	0,9	0,2	8,1	43
2006	458	БАНАН	100	179,63	1,5	0,5	21	96
2006	458	ГРУША	844	143,56	0,4	0,3	10,3	47
2006	458	МАНДАРИН	99	407,41	0,8	0,2	7,5	38
2013	518	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	2006	141,28			206,2	825
2006	458	ФРУКТ ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	1127	135,20				
Итого				1 154,84	3,6	1,2	253,1	1049
Всего				1 154,84	3,6	1,2	253,1	1049

Диетсестра

Н.П. Мягих

Повар

О.В. Дубровских

Согласовано

Заведующая филиалом
Филиал МАОУ Сорокинской СОШ №3 Ворсихинская СОШ



Ю.И. Володина/

МЕНЮ

28 декабря 2023 г.

с 12 лет и старше

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Обед								
2004	21	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ОГУРЦОМ	105	14,53	1,2	5,4	4,4	71
2013	142	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250/10/50	20,76	4,4	5,9	7,8	102
2004	494	КУРИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ	100	48,85	17,4	17		223
2004	510	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	185	8,20	4,9	6,3	30,1	197
2013	513	КОМПОТ ИЗ ЯГОД	200	12,85	0,2		16,9	68
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,54	0,8	0,4	11,3	51
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,64	1,2	0,6	26,4	116
Итого				109,37	30,1	35,6	96,9	828
Всего				109,37	30,1	35,6	96,9	828

Диетсестра

Н.П. Мягих

Повар

О.В. Дубровских

Согласовано

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

МЕНЮ

28 декабря 2023 г.

надбавка 1-4 класс

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед								
2008		АПЕЛЬСИН	500	95,00	0,4	0,4	28	117
2006	458	БАНАН	520	103,90	1,5	0,5	21	96
2006	458	ГРУША	750	127,10	0,4	0,3	10,3	47
2006	458	МАНДАРИН	1000	220,00	0,8	0,2	7,5	38
2013	518	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	1854	130,81			190,6	762
2006	458	ФРУКТ ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	1000	120,00	0,4	0,4	28	117
Итого				796,81	3,5	1,8	285,4	1177
Всего				796,81	3,5	1,8	285,4	1177

Диетсестра  Н.П. Мягих

Повар  О.В. Дубровских