

Согласовано

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

МЕНЮ

26 января 2024 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								
1996	129	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	255/10/5	25,90	5	6,3	14,4	134
1996	310	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	90	28,69	13,1	10,5	2,8	158
2004	512	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	8,92	3,1	3,8	25,4	148
2013	518	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	200	10,20	0,5		34	138
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,76	0,8	0,4	17,6	77
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,39	0,7	0,4	11,3	51
2006	458	ФРУКТ ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	180	22,50	0,4	0,4	28	117
Итого				101,36	23,6	21,8	133,5	823
Всего				101,36	23,6	21,8	133,5	823

Диетсестра

Н.П. Мягих

Повар

О.В. Дубровских

Согласовано

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

МЕНЮ

26 января 2024 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								
1996	129	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	255/10/5	37,47	5	6,3	14,4	134
1996	310	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	100	41,86	15,5	12,9	3,1	191
2004	512	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	10,80	3,5	4,4	30,5	176
2013	518	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	200	10,50	0,5		34	138
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,76	0,8	0,4	17,6	77
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,64	0,9	0,5	15,1	69
Итого				106,03	26,2	24,5	114,7	785
Всего				106,03	26,2	24,5	114,7	785

Диетсестра *М* _____ Н.П. Мягих

Повар *О* _____ О.В. Дубровских

Согласовано

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



МЕНЮ

26 января 2024 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35/16	17,47	6,3	4,1	14,9	122
2013	264	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	15,68	7,2	6,2	20,8	169
2004	686	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	2,50	0,1		13,5	54
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,38	0,4	0,2	8,8	38
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,5	0,3	7,6	34
2006	458	ФРУКТЫ В АССОРТИМЕНТЕ	210	47,25	0,4	0,4	28	117
		ЙОГУРТ	200	18,00	4,5	1,7	5,5	55
Итого				103,60	19,4	12,9	99,1	589
Всего				103,60	19,4	12,9	99,1	589

Диетсестра *[Signature]* Н.П. Мягих

Повар *[Signature]* О.В. Дубровских