

Согласовано

Заведующей филиалом

Филиал МАОУ Сорокинской СОШ №3 Сорокинская СОШ №2

/Фёдорова Елена Юрьевна/

# МЕНЮ

27 апреля 2024 г.

7-11 лет

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда                          | Выход    | Цена, руб.    | Химический состав |             |              | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---|----------|---------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
|                  |               |   |          |               | Белки, г          | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |
| <b>Обед</b>      |               |   |          |               |                   |             |              |                               |
| 1996             | 129           | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ | 250/10/5 | 26,25         | 5                 | 6,3         | 14,4         | 134                           |
| 1996             | 310           | РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ                             | 90       | 22,92         | 13,1              | 10,5        | 2,8          | 158                           |
| 2004             | 512           | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ                             | 150      | 9,12          | 3,1               | 3,8         | 25,4         | 148                           |
| 2013             | 518           | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                | 200      | 14,45         | 0,5               |             | 34           | 138                           |
|                  |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 40       | 2,81          | 0,8               | 0,4         | 17,6         | 77                            |
|                  |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 30       | 2,09          | 0,7               | 0,4         | 11,3         | 51                            |
| 2006             | 458           | АПЕЛЬСИНЫ                                   | 232      | 34,34         | 1,4               | 0,3         | 12,2         | 65                            |
| 2006             | 458           | ЯБЛОКО                                      | 115      | 15,04         | 0,4               | 0,4         | 9,6          | 46                            |
| <b>Итого</b>     |               |   |          | <b>127,02</b> | <b>25</b>         | <b>22,1</b> | <b>127,3</b> | <b>817</b>                    |
| <b>Всего</b>     |               |   |          | <b>127,02</b> | <b>25</b>         | <b>22,1</b> | <b>127,3</b> | <b>817</b>                    |

/Диетсестра Рыбакова Рыбакова Надежда Анатольевна

Повар Кондратьева Кондратьева Наталья Владимировна

Согласовано

Заведующей филиалом

Филиал МАОУ Сорокинской СОШ №3 Сорокинская СОШ №2

/Фёдорова Елена Юрьевна/

# МЕНЮ

27 апреля, 2024 г.

с12 лет и старше



| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда                          | Выход    | Цена, руб.    | Химический состав |             |              | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---|----------|---------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
|                  |               |   |          |               | Белки, г          | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |
| <b>Обед</b>      |               |   |          |               |                   |             |              |                               |
| 1996             | 129           | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ | 250/10/5 | 25,58         | 5                 | 6,3         | 14,4         | 134                           |
| 1996             | 310           | РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ                             | 100      | 25,82         | 15,5              | 12,9        | 3,1          | 191                           |
| 2004             | 512           | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ                             | 180      | 10,62         | 3,5               | 4,4         | 30,5         | 176                           |
| 2013             | 518           | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                | 200      | 14,45         | 0,5               |             | 34           | 138                           |
|                  |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 40       | 2,79          | 2,6               | 0,5         | 15,5         | 78                            |
|                  |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 40       | 2,58          |                   |             |              |                               |
| 2008             |               | АПЕЛЬСИН                                    | 233      | 34,41         | 1,4               | 0,3         | 12,2         | 65                            |
| <b>Итого</b>     |               |   |          | <b>116,25</b> | <b>28,5</b>       | <b>24,4</b> | <b>109,7</b> | <b>782</b>                    |
| <b>Всего</b>     |               |   |          | <b>116,25</b> | <b>28,5</b>       | <b>24,4</b> | <b>109,7</b> | <b>782</b>                    |

/Диетсестра Рыбакова Рыбакова Надежда Анатольевна

Повар Кондратьева Кондратьева Наталья Владимировна