

Согласовано

Директор
МАОУ Сорокинская СОШ №3
/Н.Б.Киреев/

МЕНЮ

8 октября 2026 г.

СВО 5-11 класс завтрак-обед

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г	
Завтрак								
2004	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/15	21,57	2,50	9,90	14,50	157,00
2004	311	КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	23,22	7,50	7,70	26,00	203,00
2011	496	КАКАО С МОЛОКОМ	200	10,57	3,80	3,00	14,70	102,00
		ЙОГУРТ КЛУБНИЧНЫЙ	140	19,60	10,50	11,80	12,50	198,00
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	20	1,78	0,20	0,00	0,50	3,00
Итого				76,74	24,50	32,40	68,20	663,00
Обед								
2004	22	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С ЧЕСНОКОМ	100	5,58	1,40	5,00	6,80	78,00
2011	16/2	СУП С ОВОЩАМИ И КРУПОЙ С МЯСОМ	250/10	31,22	5,90	4,90	8,50	102,00
2013	410	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	100	30,46	10,70	10,80	5,40	161,00
2004	520	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	13,95	3,70	4,10	26,70	159,00
2013	518	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	8,79	0,50	0,00	34,00	138,00
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	80	7,12	1,60	0,80	35,20	154,00
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	60	5,34	1,40	0,80	22,70	103,00
Итого				102,46	25,20	26,40	139,30	895,00
Всего				179,20	49,70	58,80	207,50	1 558,00

диетсестра Л.Ю.Брандт

повар Т.А.Чикирева