

Согласовано

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

МЕНЮ

9 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	340	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	35,55	20,70	20,60	4,00	284,00
2013	495	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	10,35	3,40	2,60	15,40	99,00
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	20	1,78	0,20	0,00	0,50	3,00
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	20	1,78	1,30	0,20	7,70	38,00
Итого				71,03	28,10	33,30	42,10	581,00
Обед								
2004	21	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ОГУРЦОМ	100	9,80	1,10	5,00	4,10	66,00
2013	142	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250/10/5	23,46	4,40	5,90	7,80	102,00
2004	494	КУРИЦА ЗАПЕЧЕНАЯ	100	30,73	17,40	17,00	0,00	223,00
2004	510	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ ОТВАРНАЯ	180	12,11	4,80	6,10	29,20	191,00
2013	513	КОМПОТ ИЗ ЯГОД	200	14,75	0,20	0,00	16,90	68,00
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	60	5,34	1,20	0,60	26,40	116,00
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	60	5,34	1,40	0,80	22,70	103,00
Итого				101,53	30,50	35,40	107,10	869,00
Всего				172,56	58,60	68,70	149,20	1 450,00

диетсестра Л.Ю. Брандт

повар Т.А. Чикирева