

Согласовано

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

МЕНЮ

12 октября 2026 г.

СВО 5-11 класс завтрак-обед

Сбор-ник рецеп-т ур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г	
Завтрак								
2004	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/20	28,92	7,10	4,70	14,90	130,00
2013	264	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	27,07	8,30	9,50	36,80	266,00
2004	686	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	2,92	0,40	0,00	12,50	52,00
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	20	1,78	0,40	0,20	8,80	39,00
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	20	1,78	1,30	0,20	7,70	38,00
Итого				62,47	17,50	14,60	80,70	525,00
Обед								
2013	2	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100	9,23	1,10	5,00	5,30	71,00
1996	129	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	34,00	5,00	6,30	14,40	134,00
1996	310	РЫБА ЗАПЕЧЁНАЯ	100	36,30	15,50	12,90	3,10	191,00
2004	512	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	10,70	3,50	4,40	30,50	176,00
2013	518	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	9,20	0,50	0,00	34,00	138,00
		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				110,11	28,20	30,00	136,40	929,00
Всего				172,58	45,70	44,60	217,10	1 454,00

диетсестра Л.Ю. Брандт

повар Т.А. Чикирева