

Согласовано

Заведующая  
Филиал МАОУ Сорокинской СОШ №3 Ворсихинская СОШ  
А.П. Никитина/

# МЕНЮ

17 сентября 2026 г.

## СВО 5-11 класс завтрак-обед



| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                       | Выход  | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------------------------------|--------|---------------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                                          |        |               | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                                          |        |               |                   |         |                  |                                          |
| 2004                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                       | 30/15  | 21,57         | 2,50              | 9,90    | 14,50            | 157,00                                   |
| 2011                          | 10\5                | ЗАПЕКАНКА "ЦАРСКАЯ" ИЗ<br>ТВОРОГА С МОЛОКОМ<br>СГУЩЕННЫМ | 200    | 122,02        | 25,55             | 20,44   | 56,94            | 352,00                                   |
| 2004                          | 685                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                            | 200    | 1,35          | 0,39              | 0,00    | 12,43            | 51,25                                    |
| Итого                         |                     |                                                          |        | 144,94        | 28,44             | 30,34   | 83,87            | 560,25                                   |
| Обед                          |                     |                                                          |        |               |                   |         |                  |                                          |
| 2004                          | 25                  | САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ<br>ОВОЩЕЙ                      | 100    | 4,49          | 1,40              | 5,20    | 8,55             | 86,94                                    |
| 2004                          | 133                 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ                                 | 250/10 | 28,67         | 4,55              | 4,85    | 15,66            | 124,23                                   |
| 2004                          | 451                 | ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА                                          | 100    | 63,47         | 12,40             | 12,60   | 15,80            | 226,00                                   |
| 2004                          | 510                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ<br>ОТВАРНАЯ                        | 180    | 10,84         | 4,80              | 6,10    | 29,20            | 191,00                                   |
| 2013                          | 518                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                             | 200    | 7,60          | 0,50              | 0,00    | 34,00            | 138,00                                   |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                           | 60     | 5,34          | 1,20              | 0,60    | 26,40            | 116,00                                   |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                              | 60     | 5,34          | 1,40              | 0,80    | 22,60            | 102,00                                   |
| Итого                         |                     |                                                          |        | 125,75        | 26,25             | 30,15   | 152,21           | 984,17                                   |
| Всего                         |                     |                                                          |        | 270,69        | 54,69             | 60,49   | 236,08           | 1 544,42                                 |

Диетсестра М Н.П. Мягих

Повар Князь А.С. Князева

Согласовано

Заведующая  
Филиал МАОУ Сорокинской СОШ №3 Ворсихинская СОШ  
А.Г. Никитина/

**МЕНЮ**  
**17 сентября 2026 г.**  
**с 12 лет и старше**



| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда               | Выход  | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность.<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------|--------|---------------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                  |        |               | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Обед                          |                     |                                  |        |               |                   |         |                  |                                          |
| 2004                          | 25                  | САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ | 100    | 5,15          | 1,55              | 5,21    | 8,86             | 88,84                                    |
| 2004                          | 133                 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ         | 250/10 | 28,16         | 4,59              | 4,90    | 15,81            | 125,46                                   |
| 2004                          | 451                 | ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА                  | 100    | 63,40         | 12,28             | 12,47   | 15,64            | 223,74                                   |
| 2004                          | 510                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ ОТВАРНАЯ   | 180    | 10,85         | 4,80              | 6,10    | 29,20            | 191,00                                   |
| 2013                          | 518                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                     | 200    | 7,60          | 0,50              | 0,00    | 34,00            | 138,00                                   |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                   | 40     | 3,07          | 0,69              | 0,34    | 15,14            | 66,22                                    |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                      | 40     | 3,42          | 0,86              | 0,48    | 14,50            | 66,24                                    |
| Итого                         |                     |                                  |        | 121,65        | 25,27             | 29,50   | 133,15           | 899,50                                   |
| Всего                         |                     |                                  |        | 121,65        | 25,27             | 29,50   | 133,15           | 899,50                                   |

Диетсестра М Н.П. Мяких

Повар Князева А.С. Князева

Согласовано

Заведующая  
Филиал МАОУ Сорокинской СОШ №3 Ворсихинская СОШ  
А.Т. Никитина/

# МЕНЮ

17 сентября 2026 г.

с 7 до 11 лет



| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда               | Выход  | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------|--------|---------------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                  |        |               | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Обед                          |                     |                                  |        |               |                   |         |                  |                                          |
| 2004                          | 25                  | САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ | 80     | 6,25          | 1,39              | 4,08    | 6,12             | 66,91                                    |
| 2004                          | 133                 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ         | 250/10 | 26,56         | 4,41              | 4,70    | 15,19            | 120,54                                   |
| 2004                          | 510                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ            | 150    | 10,97         | 4,63              | 6,00    | 20,89            | 155,92                                   |
| 2004                          | 451                 | ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА                  | 90     | 59,15         | 11,42             | 11,53   | 14,48            | 207,06                                   |
| 2013                          | 518                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                     | 200    | 9,40          | 0,50              | 0,00    | 34,00            | 138,00                                   |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                   | 40     | 3,66          | 0,82              | 0,41    | 18,13            | 79,31                                    |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                      | 40     | 3,46          | 0,97              | 0,58    | 14,71            | 65,79                                    |
| Итого                         |                     |                                  |        | 119,45        | 24,14             | 27,30   | 123,52           | 833,53                                   |
| Всего                         |                     |                                  |        | 119,45        | 24,14             | 27,30   | 123,52           | 833,53                                   |

Диетсестра М Н.П. Мяких

Повар Князева А.С. Князева

Согласовано

Заведующая  
Филиал МАOU Сорокинской СОШ №3 Ворсихинская СОШ  
А. Никитина/

**МЕНЮ**  
17 сентября 2026 г.

**СВО 5-11 класс 40,10 завтрак**



| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда  | Выход | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|---------------------|-------|---------------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                     |       |               | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                     |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2006                          | 458                 | ФРУКТ ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 320   | 43,20         | 0,86              | 0,86    | 24,62            | 209,83                                   |
| Итого                         |                     |                     |       | 43,20         | 0,86              | 0,86    | 24,62            | 209,83                                   |
| Всего                         |                     |                     |       | 43,20         | 0,86              | 0,86    | 24,62            | 209,83                                   |

Диетсестра М Н.П. Мягих

Повар Князева А.С. Князева