

Согласовано

Филиал МАOU Сорокинской СОШ №3 Ворсихинская СОШ

Заведующая

А.П. Никитина/

МЕНЮ

23 сентября 2026 г.

СВО 5-11 класс 40,10 завтрак

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2006	458	ФРУКТЫ АПЕЛЬСИНЫ	310	44,95	1,20	1,20	36,99	336,78
Итого				44,95	1,20	1,20	36,99	336,78
Всего				44,95	1,20	1,20	36,99	336,78

Диетсестра М Н.П. Мягих

Повар Князе А.С. Князева

Согласовано

Филиал МАOU Сорокинской СОШ №3 Ворсихинская СОШ

Заведующая

А.Г. Никитина/

МЕНЮ

23 сентября 2026 г.

с 12 лет и старше



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Обед								
2004	21	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ОГУРЦОМ	100	9,28	1,07	4,75	3,92	62,94
2013	142	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250/10/5	23,87	4,85	6,50	8,59	112,36
2004	494	КУРИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ	100	31,30	17,75	17,34	0,00	227,46
2004	510	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ ОТВАРНАЯ	180	12,11	4,80	6,10	29,20	191,00
2013	513	КОМПОТ ИЗ ЯГОД	200	14,73	0,20	0,00	16,90	68,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,56	0,80	0,40	17,60	77,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,56	0,90	0,50	15,10	69,00
Итого				98,41	30,37	35,59	91,31	807,76
Всего				98,41	30,37	35,59	91,31	807,76

Диетсестра

Мягих

Н.П. Мягих

Повар

Князева

А.С. Князева

Согласовано

Филиал МАOU Сорокинской СОШ №3 Ворсихинская СОШ

Заведующая

А.Г. Никитина/



МЕНЮ

23 сентября 2026 г.

с 7 до 11 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Обед								
2004	21	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ОГУРЦОМ	80	7,12	0,97	4,09	4,47	59,82
2013	142	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250/10/5	21,73	4,31	5,78	7,64	99,96
2004	494	КУРИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ	90	33,56	13,80	13,00	0,00	172,00
2004	510	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ ОТВАРНАЯ	150	10,94	4,30	5,10	24,30	160,00
2013	513	КОМПОТ ИЗ ЯГОД	200	15,65	0,20	0,00	16,90	68,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,56	0,80	0,40	17,60	77,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,97	0,75	0,42	12,53	57,27
Итого				95,53	25,13	28,79	83,44	694,05
Всего				95,53	25,13	28,79	83,44	694,05

Диетсестра

Н.П. Мяких

Н.П. Мяких

Повар

А.С. Князева

А.С. Князева

Согласовано

Филиал МАОУ Сорокинской СОШ №3 Ворсихинская СОШ

Заведующая

И.А.Е. Никитина/

МЕНЮ

23 сентября 2026 г.

СВО 5-11 класс завтрак-обед

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2004	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/15	21,57	2,50	9,90	14,50	157,00
2004	340	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	210	36,71	23,61	21,32	2,50	296,40
2013	495	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	9,91	2,94	2,63	16,71	101,94
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,78	0,40	0,20	8,80	39,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,78	0,50	0,30	7,60	34,00
Итого				71,75	29,95	34,35	50,11	628,34
Обед								
2004	21	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ОГУРЦОМ	100	10,08	1,13	5,00	4,13	66,25
2013	142	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250/10/5	24,02	4,44	5,96	7,88	103,02
2004	494	КУРИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ	100	30,54	17,23	16,83	0,00	220,77
2004	510	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ ОТВАРНАЯ	180	12,15	4,80	6,10	29,20	191,00
2013	513	КОМПОТ ИЗ ЯГОД	200	14,94	0,20	0,00	17,07	68,68
		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				102,41	30,40	35,29	107,28	867,72
Всего				174,16	60,35	69,64	157,39	1 496,06

Диетсестра Н.П. Мягих

Повар А.С. Князева