

Согласовано

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



МЕНЮ

9 октября 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	6,92	0,96	4,09	4,43	59,61
2013	142	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250/10/5	23,64	4,44	5,96	7,88	103,02
2004	494	КУРИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ	90	34,38	14,08	13,26	0,00	175,44
2004	510	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ ОТВАРНАЯ	150	10,93	4,30	5,10	24,30	160,00
2013	513	КОМПОТ ИЗ ЯГОД	200	15,48	0,20	0,00	16,73	67,32
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	5,24	1,18	0,59	25,87	113,19
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,62	0,67	0,37	11,17	51,06
Итого				99,21	25,83	29,37	90,38	729,64
Всего				99,21	25,83	29,37	90,38	729,64

Диетсестра Н.П. Мягих

Повар А.С. Князева

Согласовано

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



МЕНЮ

9 октября 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	11,51	1,25	5,55	4,58	73,54
2013	142	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250/10/5	23,66	4,44	5,96	7,88	103,02
2004	494	КУРИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ	100	30,83	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	14,80	0,20	0,00	16,90	68,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,66	1,05	0,52	23,06	100,87
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,51	0,89	0,50	14,95	68,31
Итого				101,08	30,03	35,63	96,57	827,74
Всего				101,08	30,03	35,63	96,57	827,74

Диетсестра М Н.П. Мягих

Повар Князева А.С. Князева

Согласовано

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

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- 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	230	38,63	25,88	23,37	2,74	324,90
2013	495	ЧАЙ С МОЛОКОМ	270	13,13	3,82	3,41	21,68	132,26
		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
2006	458	ФРУКТ ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	400	54,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого				130,89	33,10	37,18	55,32	687,16
Обед								
2004	21	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ОГУРЦОМ	100	9,77	1,13	5,00	4,13	66,25
2013	142	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250/10/5	23,69	4,40	5,90	7,80	102,00
2004	494	КУРИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ	100	30,74	17,40	17,00	0,00	223,00
2004	510	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ ОТВАРНАЯ	180	12,15	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	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				101,76	30,53	35,40	107,03	868,25
Всего				232,65	63,63	72,58	162,35	1 555,41

Диетсестра

Н.П. Мягих

Повар

А.С. Князева

Согласовано

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

МЕНЮ
9 октября 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								
2013	570	БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ	100	39,00	7,50	2,40	5,50	254,00
Итого				39,00	7,50	2,40	5,50	254,00
Всего				39,00	7,50	2,40	5,50	254,00

Диетсестра Н.П. Мяких

Повар А.С. Князева