

Утверждаю
 Заведующий филиалом
 МАОУ Сорокинская СОШ № 1 -
 Готопутевской СОШ
 _____ /Родина В.В./



МЕНЮ

22 сентября

1 - 4 класс

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2004	1	Бутерброд с маслом	20/10	7,86	1,8	7,1	9,9	111,0
2004	340	Омлет натуральный	200	39,13	22,7	20,5	2,4	285,0
2013	495	Чай с молоком	200	7,42	2,8	2,5	15,9	97,0
2006	458	ЯБЛОКО	200	40,00	0,5	0,0	21,8	89,2
		Хлеб ржаной	20	1,20	0,5	0,3	7,6	5,2
		СОК	200	20,00				
Итого				115,61	28,3	30,4	57,6	587,5
Всего				115,61	28,3	30,4	57,6	587,5

Диетсестра _____ черкасова Е И

Повар _____ Александрова Е В

Утверждаю

Заведующий филиалом
 МАОУ Сорokinская СОШ № 1 -
 Готопутовской СОШ
 /Родина В.В./



МЕНЮ
 22 сентября

1 - 4 класс

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед								
2004	21	салат из отварной моркови с огурцом	80	8,50	0,9	4,0	3,3	53,0
2013	142	щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	250/10/5	19,51	4,4	5,9	7,8	102,0
2004	494	курица запеченая	90	47,51	13,8	13,0	0,0	172,0
2004	510	каша гречневая вязкая отварная	150	6,91	4,3	5,1	24,3	160,0
2013	513	компот из ягод	200	14,55	0,2	0,0	16,9	68,0
		Хлеб витаминизированный	60	2,86	1,2	0,6	26,4	116,0
		Хлеб ржаной	40	2,72	0,9	0,5	15,1	69,0
Итого				102,56	25,7	29,1	93,8	740,0
Всего				102,56	25,7	29,1	93,8	740,0

Диетсестра _____ черкасова Е И

Повар _____