

Утверждаю

Заведующий филиалом
 МАОУ Сорокинская СОШ № 1 -
 Подоплутковской СОШ
 /Родина В.В./



МЕНЮ

19 октября

5 - 11 класс

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2004	1	Бутерброд с маслом	30,15	6,04	2,5	9,9	14,5	157,0
2011	10/5	Запеканка "Царская" из творога смолоком сгущенным	200	64,13	17,5	14,0	39,0	352,0
2004	685	Чай с сахаром	200	2,28	0,1	0,0	12,6	51,0
2006	458	яблоко	146	17,52	0,3	0,0	14,2	58,0
2013	518	сок	200	20,00	0,3	0,0	22,0	89,0
Итого				109,97	20,7	23,9	102,3	707,0
Всего				109,97	20,7	23,9	102,3	707,0

Диетсестра Черасова Е И

Повар Чикирева А Ф



МЕНЮ

19 октября

5 - 11 класс

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	25	Салат Степной из разных овощей	100	5,88	1,7	5,0	7,5	82,0
2011	14/1							
2004	133	Суп картофельный с мясом	250/10	16,41	4,5	4,8	15,5	123,0
2004	451	Шницель из мяса	90	36,41	11,2	11,3	14,2	203,0
2004	510	Каша гречневая вязкая отварная	180	8,93	4,3	5,1	24,3	160,0
2013	518	Сок в ассортименте	200	12,00	0,5	0,0	34,0	138,0
		Хлеб витаминизированный	60	3,70	1,2	0,6	26,4	115,5
		Хлеб ржаной	40	2,20	0,9	0,5	15,1	68,0
Итого				85,53	23,1	26,7	137,0	774,0
Всего				85,53	23,1	26,7	137,0	774,0

Диетсестра _____ *ЕИ* Черкасова Е И

Повар _____ *АФ* Чикирева А Ф