


Утверждаю

Директор
МАОУ Сорокинская СОШ № 1
 /Голендухина О. А./

МЕНЮ
13 ноября 2023 г.

5 - 11 класс

Сборник рецептур	№ 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	100	13,88	1,20	4,90	7,00	78,00
2013	142	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250/10/5	21,35	4,60	9,80	10,40	147,00
2004	494	КУРИЦА, ЗАПЕЧЁННАЯ	100	52,57	26,20	14,60	0,20	233,00
2004	510	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ ОТВАРНАЯ	180	8,75	5,70	7,10	25,40	188,00
2013	513	КОМПОТ ИЗ ЯГОД	200	13,09	0,20	0,10	17,60	73,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	61	4,01	4,70	1,60	33,10	694,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	61	3,86	4,60	0,70	29,80	146,00
Итого				117,51	47,20	38,80	123,50	1 559,00
Всего				117,51	47,20	38,80	123,50	1 559,00

Диетсестра  Михайлова С. В.

Повар  Червоткина Н.Г.