

Утверждаю

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

# МЕНЮ

3 октября 2023 г.

5 - 11 класс

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда                           | Выход  | Цена, руб.    | Химический состав |              |               | Энергетическая ценность |
|--------------------|---------------|--|--------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------|
|                    |               |  |        |               | Белки, г          | Жиры, г      | Угле-воды, г  |                         |
| <b>Завтрак</b>     |               |  |        |               |                   |              |               |                         |
| 2013               | 23            | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ | 100    | 17,12         | 1,90              | 5,20         | 4,70          | 74,00                   |
| 1996               | 181           | УХА РЫБАЦКАЯ                                 | 250/50 | 32,42         | 14,20             | 8,50         | 12,90         | 185,00                  |
| 2021               | 54-9м         | МЯСО ТУШЕНОЕ С КАРТОФЕЛЕМ                    | 250    | 71,43         | 15,30             | 22,00        | 20,60         | 326,00                  |
| 2013               | 518           | СОК "ПЕРСОНА" ЯБЛОКО                         | 200    | 14,17         | 1,00              | 0,20         | 20,20         | 86,00                   |
|                    |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ         | 60     | 3,96          | 4,60              | 1,60         | 32,70         | 686,00                  |
|                    |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ            | 60     | 3,77          | 4,40              | 0,70         | 29,00         | 143,00                  |
| <b>Итого</b>       |               |  |        | <b>142,87</b> | <b>41,40</b>      | <b>38,20</b> | <b>120,10</b> | <b>1 500,00</b>         |
| <b>Всего</b>       |               |  |        | <b>142,87</b> | <b>41,40</b>      | <b>38,20</b> | <b>120,10</b> | <b>1 500,00</b>         |

Диетсестра  Михайлова С. В.

Повар  Червоткина Н. Г.