Утверждаю

Директор
МАОУ Сорокинская СОШ № 1
_____ /Голендухина О.

# МЕНЮ

## 28 декабря 2022 г.

## 5 - 11 класс

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценнос |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| 2013 | 22 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ | 100 | 52,19 | 3,4 | 0,6 | 11,6 | 73 |
| 2013 | 390 | "ЁЖИКИ" ИЗ МЯСА С РИСОМ, С СОУСОМ (СВИНИНА МЯСНАЯ И ГОВЯДИНА) | 120 | 51,84 | 11 | 30,9 | 9,6 | 390 |
| 2004 | 516 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 180 | 11,58 | 9,3 | 4,4 | 48 | 268 |
| 2013 | 518 | СОК "ПЕРСОНА" ЯБЛОКО | 200 | 15,75 | 1 | 0,2 | 20,6 | 88 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ | 20 | 7,12 | 8,9 | 3,1 | 62,7 | 1315 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ | 20 | 0,04 | 0,1 | | 0,4 | 2 |
| 2011 | 209 | ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ | 40 | 18,60 | 9,9 | 8,9 | 0,6 | 122 |
| **Итого** | | | | **157,12** | **43,6** | **48,1** | **153,5** | **2258** |
| **Всего** | | | | **157,12** | **43,6** | **48,1** | **153,5** | **2258** |

Диетсестра _____ Михайлова С. В.

Повар _____ Аверина Л. Ю.