

Согласовано
 Директор МБОУ "СОШ №7" г.Алатырь ЧР
 Кольдина Л.Н.

Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Большакова Л.В.

МЕНЮ

МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №7"

с 12 лет

"01" декабря 2022 г.



№ рец	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углев о ды	Эн. цен.	Цена	Выход
	Завтрак						
	Масло сливочное порциями	0,08	12,37	0,08	112,5	8,55	9
173	Каша гречневая молочная с маслом (греча, молоко, сахар, соль, масло слив.)	7,73	9,65	30	248,12	20,56	200/5
693	Чай с молоком	1,6	1,65	17,36	86	7,24	200
4	Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,3	119	3,65	40
	Итого:	13,21	24,07	71,74	565,62	40	
	Обед						
	Помидоры свежие порциями						
124	Щи из свежей капусты (капуста, карт. лук, м.с., морковь, специи.)	0,48	0,12	3,12	12	14,87	100
451	Плов из птицы (филе куриное, рис, лук репчатый, томат паста, морковь)	1,46	4,75	6,22	79	14,54	250
385	Компот из с/фруктов	20,27	6,74	28,08	256	39,97	200
4	Хлеб ржано- пшеничный	0,16	0,16	27,87	109	6,25	200
	Итого:	2,82	0,6	0,6	126	4,37	60
	Итого:	51,53	48,14	209,29	1600,74	80,00	

Калькулятор: _____