



Согласовано  
 Директор МБОУ "СОШ №5" г.Алатырь ЧР  
 Винокуров С.М.



Утверждаю  
 Индивидуальный предприниматель  
 Копытова Л.В.

**МЕНЮ**

**МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №5"**



с 12 лет

"19" декабря 2022 г.

№ реце	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углев о ды	Эн. цен.	Цена	Выход
	<b>Завтрак</b>						
97	Сыр порциями	4,6	5,8	0	72	11,64	14
302	Каша молочная пшеничная с/м	20,49	10,15	23,36	272,73	17,47	205
297	Чай с молоком	1,69	1,65	17,36	86	7,24	200
	Хлеб пшеничный	3,04	0,34	19,44	96	3,65	40
	<b>Итого:</b>	<b>29,82</b>	<b>17,94</b>	<b>60,16</b>	<b>526,73</b>	<b>40</b>	
	<b>Обед</b>						
16	Дополнительно св. огурец	0,79	10,07	3,02	105	9,62	100
139	Суп карт с бобовыми с/м (карт, лук, м.с., горох, морковь, специи)	5,89	4,65	19,98	147	14,28	10/250
505	Гуляш из филе кур (филе куриное, специи, м. растит)	7,28	16,14	4,08	192	35,7	100(60/40)
516	Макаронны отварные с/м	6,38	5,87	42,62	253	8,96	180
	Чай с фруктовым соком	1,4	0,2	26,4	120	7,07	200
4	Хлеб ржано- пшеничный	2,82	0,6	0,6	126	4,37	60
	<b>Итого:</b>	<b>24,56</b>	<b>37,53</b>	<b>96,7</b>	<b>943</b>	<b>80</b>	

Калькулятор: \_\_\_\_\_