

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

"15" декабря 2022 г.



№ рец	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углево а 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 (гречка, 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	0,48	0,12	3,12	12	14,87	100
124	Щи из свежей капусты (капуста, картофель, лук, морковь, специи.)	1,46	4,75	6,22	79	14,54	250
451	Плов из птицы (филе куриное, рис, лук репчатый, томат паста, морковь)	20,77	6,74	28,08	256	39,97	200
385	Компот из с/фруктов	0,16	0,16	27,87	109	6,25	200
4	Хлеб ржано-пшеничный	2,82	0,6	0,6	126	4,37	60
	Итого:	51,53	48,14	209,29	1600,74	80,00	

Калькулятор:

Бн