

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

Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Л.В. Большакова Большакова Л.В.

МЕНЮ

МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №7"



с 12 лет "16" декабря 2022 г.

№ рек	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углев о ды	Эн. цен.	Цена	Выход
	Завтрак						
97	Сыр порциями	4,6	5,8	0	72	13,93	17
302	Каша молочная пшениная с/м	19,59	14,4	26,24	288,18	17,47	200/5
486	Чай с лимоном	0,26	0,01	15,22	59	4,95	200
	Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,3	119	3,65	40
	Итого:	28,25	20,66	65,76	538,18	40	
	Обед						
52	Салат из свеклы	1,27	15,06	7,65	171	6,7	100
140	Суп картофельный макаронный (кар. т, макароны, лук, морковь, специи, сметана)	2,84	5,37	20,84	146	14,18	250
436	Жаркое по-домашнему (картофель, лук, морковь, том. пюре, говядина)	17,85	98,38	21,68	301,52	48,5	200
638	Компот из с/фруктов	0,57	0	34,41	126	6,25	200
4	Хлеб ржано-пшеничный	2,82	0,4	0,6	126	4,37	60
	Итого:	25,35	119,41	85,18	880,52	80	

Калькулятор: Л.В. Большакова