

Согласовано
 Директор МБОУ "Гимназия №6" г.Алатырь
 ЧР _____ Королева И.Н.

Утверждаю
 ООО "Надежда"
 _____ Любавин Н.П.

МЕНЮ

МБОУ "ГИМНАЗИЯ №6"

"20" декабря 2022 г.



7-11 лет

| № рец | Наименование блюда | Белки | Жиры | Углев о ды | Эн. цен. | Цена | Выход |
|----------|---|--------------|-------------|---------------|-------------|--------------|--------|
| 2 | Будерброд с повидлом | 1,2 | 4,3 | 22 | 132 | 6,09 | 40 |
| 302 | Каша молочная овсяная с/м (овсяные хлопья, молоко, сахар, соль, масло слив.) | 17,63 | 12,96 | 23,61 | 267 | 16,15 | 180/5 |
| 686 | Чай с лимоном | 0,26 | 0,06 | 15,22 | 59 | 4,95 | 200 |
| | Хлеб пшеничный | 3,04 | 0,34 | 19,44 | 96 | 3,65 | 40 |
| | Десерт | 22 | 2,94 | 22,68 | 125 | 9,16 | 1 шт. |
| | Итого: | 44,13 | 20,6 | 102,95 | 679 | 40 | |
| | Помидоры свежие порциями | 0,48 | 0,12 | 3,12 | 12 | 5,16 | 60 |
| 110 | Борщ из свежей капусты и картофеля (карт, капуста, лук, м.п., спец.) | 1,47 | 4,07 | 7,31 | 89 | 14,14 | 10/200 |
| 498 | Котлеты рубленые из птицы (филе птицы, лук репчатый, масло раст., хлеб пшеничный) | 10,84 | 7,6 | 1,86 | 157 | 21,42 | 50/40 |
| 511 | Рис отварной с/м (рис, соль, масло слив.) | 3,81 | 6,11 | 38,61 | 228 | 13,66 | 150 |
| 639 | Компот из сухофруктов (с/фрукты, курага, сахар) | 0,44 | 0 | 0 | 116 | 6,25 | 200 |
| | Хлеб ржано- пшеничный | 2,82 | 0,6 | 0,6 | 126 | 4,37 | 60 |
| | Итого: | 19,86 | 18,5 | 51,5 | 728 | 65,00 | |
| 741 | Ватрушка с творогом | 8,46 | 7,34 | 31,9 | 229 | 10 | 50 |
| | Яблоки свежие порциями | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 68 | 13,75 | 100 |
| 699 | Напиток лимонный | 0,14 | 0,02 | 24,43 | 96 | 6,25 | 200 |
| | Итого: | 9,2 | 7,96 | 71,03 | 393 | 30 | |

Калькулятор: _____