

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

"27" декабря 2022 г.



| № реце | Наименование блюда | Белки | Жиры | Углев о ды | Эн. цен. | Цена | Выход |
|-----------|---|--------------|--------------|---------------|--------------|--------------|-------------|
| | Завтрак | | | | | | |
| 366 | Запеканка из творога со сг. молоком | 17,48 | 6,8 | 28,28 | 248,2 | 33,84 | 15/100 |
| 389 | Компот из свежих плодов | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 | 6,16 | 200 |
| | Итого: | 17,68 | 6,85 | 43,29 | 305,2 | 40 | |
| 71 | Винегрет (свекла,морковь, | 0,76 | 9,04 | 4,59 | 103 | 5,1 | 100 |
| 110 | Борщ из свежей капусты и картофеля (карт,капуста,лук,м.р.,спец,) | 1,47 | 4,07 | 7,31 | 89 | 14,6 | 5/250 |
| 451 | Тефтели с/с (говядина,лук репчатый,масло раст.,рис) | 8,56 | 14,11 | 9,07 | 197 | 36,26 | 105 (70/35) |
| 173 | Каша гречневая с/м (греча, соль,масло слив.) | 8,76 | 6,62 | 43,08 | 271 | 16,43 | 180 |
| 685 | Чай с сахаром | 0,44 | 0 | 28,88 | 116 | 3,24 | 200 |
| 4 | Хлеб ржано- пшеничный | 2,82 | 0,6 | 0,6 | 126 | 4,37 | 60 |
| | Итого: | 22,81 | 34,44 | 93,53 | 902 | 80,00 | |

Калькулятор: _____