

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

Утверждаю  
Индивидуальный предприниматель  
Л.В. Большакова

МЕНЮ

МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №7

с 12 лет

"16" марта 2023 г.



№ рец	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углев о ды	Эн. цен.	Цена	Выход
97	Сыр порциями	3,45	4,35	0	54	14,73	18
302	Каша молочная пшениная с/м	19,59	14,4	26,24	288,18	17,47	200/5
72	Чай с сахаром	1,69	1,65	17,36	86	3,24	200
	Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,3	119	4,56	50
	Итого:	28,53	20,8	67,9	547,18	40	
	Обед						
50	Салат из свеклы (свекла, м. раст, соль,)	0,78	7,08	4,98	87	4,43	67
139	Суп карт рыбный (карт, лук, м. с., морковь, специи, консервы)	5,16	3,39	20,07	234	14,48	15/250
452	Котлеты (особые) с соусом (говядина, свинина, хлеб)	13,88	17,78	4,5	199	36,31	100(60/40)
508	Каша гречневая с/м	10,51	7,94	51,7	325	17,17	180
685	Чай с сахаром	1,69	1,65	17,36	86	3,24	200
4	Хлеб ржано- пшеничный	2,82	0,6	0,6	126	4,37	60
	Итого:	34,84	38,44	99,21	957	80	

Калькулятор: Л.В.