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

"12" апреля 2023 г.

№ рец	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. цен.	Цена	Выход
	Завтрак						
	Каша молочная рисовая с/м	22,,08	15,42	26,55	244	19,84	200/5
692	Кофейный напиток с молоком	3,58	2,68	28,34	152	11,19	200
	Хлеб пшеничный	2,8	0,4	24,3	119	2,13	25
	Бутерброд с повидлом	1,2	4,3	22	132	6,84	40
	Итого:	6,38	18,5	79,19	515	40	
	Обед						
43	Салат из квашеной капусты	1,09	3,56	6,59	63,61	11,62	100
132	Рассольник ленинградский (кар.рис,лук,м.с., специи)	1,88	5,4	3,92	113	14,54	255
	Котлеты,биточки из минтая (минтай,молоко,лук репчатый,соль)	13,81	5,76	2,73	139	21,46	100(60/40)
520	Картофельное пюре с/м	3,87	3,22	5,56	22	21,76	180
639	Компот из с/фруктов	0,36	0	33,16	128	6,25	200
4	Хлеб ржано- пшеничный	2,82	0,6	0,6	126	4,37	60
	Итого:	23,83	18,24	62,56	591,61	80	

Калькулятор: