

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

"13" апреля 2023 г.

№ рец	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углев о ды	Эн. цен.	Цена	Выход
	Завтрак						
	Масло сливочное порциями	0,08	12,37	0,08	112,5	8,55	9
175	Каша гречневая молочная с маслом (Греча, молоко, сахар, соль, масло слив.)	7,73	9,65	30	248,12	20,56	200/5
693	Чай с молоком	1,6	1,65	17,36	86	7,24	200
4	Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,3	119	3,65	40
	Итого:	13,21	24,07	71,74	565,62	40	
	Обед						
	Помидоры свежие порциями	0,48	0,12	3,12	12	14,87	100
124	Щи из свежей капусты (капуста, карто. лук, м.с., морковь, специи.)	1,46	4,75	6,22	79	14,54	250
451	Плов из птицы (филе куриное, рис, лук, репчатый томат паста, морковь)	20,27	6,74	28,08	256	39,97	200
385	Компот из с/фруктов	0,16	0,16	27,87	109	6,25	200
4	Хлеб ржано-пшеничный	2,82	0,6	0,6	176	4,37	60
	Итого:	51,53	48,14	209,29	1600,74	80,00	

Калькулятор:

ЛС