



Утверждаю  
Индивидуальный предприниматель  
Большакова Л.В.

МЕНЮ

Большакова  
Лариса



МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №7"

"11" мая 2023 г.

с 12 лет

| №<br>рец | Наименование блюда   | Белки | Жиры  | Углев<br>о ды | Эн.<br>цен. | Цена  | Выход |
|----------|--|-------|-------|---------------|-------------|-------|-------|
|          | <b>Завтрак</b>   |       |       |               |             |       |       |
|          | Масло сливочное порциями   | 0,08  | 12,37 | 0,08          | 112,5       | 8,55  | 9     |
| 173      | Каша гречневая молочная с маслом<br>(гречка, 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    |       |
|          | <b>Обед</b>  |       |       |               |             |       |       |
|          | Помидоры свежие порциями   | 0,48  | 0,12  | 3,12          | 12          | 14,87 | 100   |
| 124      | Щи из свежей капусты<br>(капуста, картофель, лук, морковь, специи.)            | 1,46  | 4,75  | 6,22          | 79          | 14,54 | 250   |
| 451      | Плов из птицы (филе куриное, рис, лук<br>репчатый, томат паста, морковь)       | 20,27 | 6,74  | 28,08         | 256         | 39,97 | 200   |
| 384      | Компот из с/фруктов  | 0,16  | 0,16  | 27,87         | 109         | 6,25  | 200   |
| 4        | Хлеб ржано- пшеничный  | 2,82  | 0,6   | 0,6           | 126         | 4,37  | 60    |
|          | Итого:   | 51,53 | 48,14 | 209,29        | 1600,74     | 80,00 |       |

Калькулятор:

*Л.В.*