

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

Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Большекова Л.В.

Л.Н. Кольдина

Л.В. Большекова

БОЛЬШАКОВА
 Лариса
 Вячеславовна

МЕНЮ

МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №7"



с 12 лет

"08" сентября 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углево ды	Эн. цен.	Цена	Выход
Завтрак							
97	Сыр порционными	4,6	5,8	0	72	12,98	19
302	Каша молочная пшенная с/м	19,59	14,4	26,24	389,18	17,9	200/5
636	Чай с лимоном	0,26	0,06	15,22	59	4,65	200
	Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,3	119	4,47	40
	Итого:	28,25	20,66	65,76	538,18	40	
Обед							
57	Салат из свеклы	1,27	15,06	7,65	171	7,25	100
240	Суп картофельный макаронный (картофель, лук, морковь, сметана)	2,84	8,37	20,64	146	12,63	250
436	Жаркое по-домашнему (картофель, лук, морковь, говядина)	17,85	98,38	21,68	301,52	48,5	200
638	Компот из с/фруктов	0,52	0	34,41	136	6,35	200
	Хлеб ржано-пшеничный	2,87	0,6	0,6	126	5,37	60
	Итого:	25,25	119,41	85,18	880,52	80	

Калькулятор:

В.И.