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" сентября 2023 г.***

№ рец	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. цен.	Цена	Выход
2	**Бутерброд с повидлом**	1,2	4,3	22	132	5,64	40
302	**Каша молочная овсяная с/м** (овсяные хлопья,молоко,сахар,соль,масло слив.)	7,4	13,95	31,96	284	17,42	200/5
686	**Чай с лимоном**	0,26	0,06	15,22	59	4,65	200
	Хлеб пшеничный	3,04	0,34	19,44	96	5,58	50
	Десерт	0,48	0,18	4,86	24	6,71	30
	Итого:	**12,38**	**18,83**	**93,48**	**595**	**40**	
	Помидоры свежие порциями	0,8	0,2	5,21	20,04	6,56	100
110	**Борщ из свежей капусты и картофеля со сметаной** (карт,капуста,лук,м.р.,спец.)	1,8	6,2	9	107	13,82	250
498	**Котлеты рубленые из филе птицы** (филе птицы,лук репчатый,масло	13,09	9,3	13,35	191	31,32	100(60/40)
511	**Рис отварной с/м** (рис, соль,масло слив.)	4,58	7,33	46,33	275	16,68	180
639	**Компот из сухофруктов**	0,44	0	28,88	116	6,25	200
	Хлеб ржано- пшеничный	2,82	0,6	0,6	126	5,37	60
	Итого:	**23,53**	**23,63**	**103,37**	**835,04**	**80,00**	

Калькулятор: _____