

Согласовано

Директор МБОУ "СОШ №7" г.Алатырь ЧР

Л.Н. Кольдина Кольдина Л.Н.

Утверждаю

Индивидуальный предприниматель

Л.В. Большакова Большакова Л.В.



МЕНЮ

МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №7"



с 12 лет

"21" сентября 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 | 8,09 | 10 |
| 173 | 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 | 6,88 | 200 |
| 4 | Хлеб пшеничный | 3,8 | 0,4 | 24,3 | 119 | 4,47 | 40 |
| | Итого: | 13,21 | 24,07 | 71,74 | 565,62 | 40 | |
| | Обед | | | | | | |
| | Помидоры свежие порциями | 0,48 | 0,12 | 3,12 | 12 | 6,56 | 100 |
| 124 | Щи из свежей капусты (капуста,карт,лук,м.с.,морковь, специи,) | 1,46 | 4,75 | 6,22 | 79 | 15,72 | 10/250 |
| 451 | Плов из птицы (филе куриное,рис,лук репчатый,томат паста, морковь) | 20,27 | 6,74 | 28,08 | 256 | 46,1 | 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 | 126 | 5,37 | 60 |
| | Итого: | 51,53 | 48,14 | 209,29 | 1600,74 | 80,00 | |

Калькулятор: Л.В.