

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

Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
Л.В. БОЛЬШАКОВА Большаякова Л.В.



МЕНЮ

МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №7"



с 12 лет

"25" сентября 2023 г.

№ реп	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углев о ды	Эн. цен.	Цена	Выход
	Завтрак						
97	Сыр порциями	4,6	5,8	0	72	10,75	16
302	Каша молочная пшенная с/м	20,49	10,15	23,36	272,74	17,9	205
292	Чай с молоком	1,65	1,65	17,36	86	6,85	200
	Хлеб пшеничный	3,04	0,34	19,44	96	4,47	40
	Итого:	29,82	17,94	60,16	526,73	40	
	Обед						
10	Дополнительно св. огурец	0,79	10,07	3,02	105	6,56	100
129	Суп карт с бобовыми с/м (карт, лук, м. с., горох, морковь, специи)	5,89	4,65	19,98	147	14,24	10/250
505	Гуляш из филе кур (филе)	7,28	16,14	4,08	192	38,4	100(60/40)
516	Макароны отварные с/м	6,38	5,87	42,60	253	8,69	180
	Чай с фруктовым соком	1,4	0,7	16,4	120	6,74	200
4	Хлеб ржано- пшеничный	2,82	0,6	0,6	126	5,37	60
	Итого:	24,56	37,53	96,7	943	80	

Калькулятор: Л.В.