

Согласовано

Директор МБОУ "СОШ №3" г. Алатырь ЧР
Клементьева М.В.

Утверждаю

Индивидуальный предприниматель
Большакова Л.В.
Вячеславна

МЕНЮ

МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №7"



с 12 лет

"29" сентября 2023 г.

| № реце | Наименование блюда | Белки | Жиры | Углев о ды | Эн. цен. | Цена | Выход |
|-----------|---|-------|-------|---------------|-------------|-------|-------|
| | Завтрак | | | | | | |
| 173 | Каша гречневая молочная с маслом | 7,73 | 9,65 | 30 | 248,18 | 20,56 | 5/180 |
| 692 | Кофейный напиток с молоком | 3,58 | 2,68 | 28,34 | 152 | 11,19 | 200 |
| 4 | Хлеб пшеничный | 3,8 | 0,4 | 24,3 | 119 | 5,58 | 40 |
| | Десерт | 9 | 24 | 21 | 216 | 2,67 | 25 |
| | Итого: | 24,11 | 36,73 | 103,64 | 735,18 | 40 | |
| | Обед | | | | | | |
| | Огурцы свежие порциями | 1,06 | 10,13 | 4,52 | 114 | 9,88 | 100 |
| 132 | Рассольник ленинградский (карт, рис, лук, м.с., специи) | 2,31 | 6,6 | 17,36 | 135 | 14,01 | 5/250 |
| 451 | Фрикадельки с/с (говядина, лук репчатый, масло раст., хлеб пшеничный) | 10,6 | 10,36 | 9,05 | 168 | 35,8 | 60/40 |
| | Макароны отварные с/м | 4,44 | 8,36 | 19,18 | 170,4 | 8,69 | 180 |
| 389 | Компот из свежих плодов | 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: | 21,39 | 36,21 | 78,58 | 822,4 | 80,00 | |

Калькулятор: _____

Вл