

Согласовано
Директор МБОУ СОШ №3 г.Алатырь ЧР
Александрова М.Н.

Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Большакова Л.Н.

МЕНЮ

МБОУ Средняя общеобразовательная школа №7

БОЛЬШАКОВА
Лариса
Вячеславна

"04" октября 2023 г.



с 12 лет

№ реце	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углево- о ды	Эн. цен.	Цена	Выход
	Завтрак						
	Каша молочная рисовая с/м	22,08	15,42	26,55	244	19,84	200/5
692	Кофейный напиток с молоком	3,58	2,68	28,34	152	11,19	200
	Хлеб пшеничный	2,8	0,4	24,3	119	2,13	20
	Будербод с повидлом	1,2	4,3	22	132	6,84	40
	Итого:	6,38	18,5	79,19	515	40	
	Обед						
43	Салат из квашеной капусты (капуста, морковь, масло раст., соль)	1,09	3,56	6,59	63,61	12,83	100
132	Рассольник ленинградский (кар- т, рис, лук, м.с., специи)	1,88	5,1	13,92	113	14,01	5/250
	Котлеты, биточки из минтая	13,81	5,76	2,73	139	24,08	100(60/40)
520	Картофельное пюре с/м	3,87	3,22	5,56	22	17,46	180
639	Компот из с/фруктов	0,36	0	33,16	128	6,25	200
4	Хлеб ржано- пшеничный	2,82	0,6	0,6	126	5,37	60
	Итого:	23,83	18,24	62,56	591,61	80	

Калькулятор: