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

Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Большакова Л.В.

МЕНЮ

МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №7"

с 12 лет

"06" октября 2023 г.

№ реце	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. цен.	Цена	Выход
	Завтрак						
97	Сыр порциями	4,6	5,8	0	72	12,98	19
302	Каша молочная пшенная с/м	19,59	14,4	26,24	288,18	17,9	200/5
686	Чай с лимоном	0,26	0,06	15,22	59	4,65	200
	Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,3	119	4,47	40
	Итого:	28,25	20,66	65,76	538,18	40	
	Обед						
52	Салат из свеклы	1,27	15,06	7,65	171	7,25	100
140	Суп картофельный макаронный (кар т,макароны,лук,м.с., специи,сметана)	2,84	5,37	20,84	146	12,63	250
436	Жаркое по-домашнему (картофель,лук,м.раст.,том.пюре, говядина)	17,85	98,38	21,68	301,52	48,5	200
638	Компот из с/фруктов	0,57	0	34,41	136	6,25	200
4	Хлеб ржано- пшеничный	2,82	0,6	0,6	126	5,37	60
	Итого:	25,35	119,41	85,18	880,52	80	

лькулятор: