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

Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Большакова Л.В.

МЕНЮ

МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №7"

"19" октября 2023 г.

с 12 лет

№ рец	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	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:_____