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

Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
_____ Большакова Л.В.

МЕНЮ

МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №7"

с 12 лет "24" октября 2023 г.

№ рец	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. цен.	Цена	Выход
2	Будерброд с повидлом	1,2	4,3	22	132	5,64	40
302	Каша молочная овсяная с/м (овсяные хлопья,молоко,сахар,соль,масло слив.)	7,4	13,95	31,96	284	17,42	200/5
686	Чай с лимоном	0,26	0,06	15,22	59	4,65	200
	Хлеб пшеничный	3,04	0,34	19,44	96	5,58	50
	Десерт	0,48	0,18	4,86	24	6,71	30
	Итого:	12,38	18,83	93,48	595	40	
	Помидоры свежие порциями	0,8	0,2	5,21	20,04	6,56	100
110	Борщ из свежей капусты и картофеля со сметаной (карт,капуста,лук,м.р.,спец,)	1,8	6,2	9	107	13,82	250
498	Котлеты рубленые из филе птицы (филе птицы,лук репчатый,масло	13,09	9,3	13,35	191	31,32	100(60/40)
511	Рис отварной с/м (рис, соль,масло слив.)	4,58	7,33	46,33	275	16,68	180
639	Компот из сухофруктов	0,44	0	28,88	116	6,25	200
	Хлеб ржано- пшеничный	2,82	0,6	0,6	126	5,37	60
	Итого:	23,53	23,63	103,37	835,04	80,00	

Калькулятор: _____