



Алатырь ЧР  
Витязуров С.М.



Копытова Л.В.

МЕНЮ

"Средняя общеобразовательная школа №5"



с 12 лет

"16" ноября 2023 г.

№ реце	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углево о ды	Эн. цен.	Цена	Выход
97	Сыр порциями	3,45	4,35	0	54	13,55	18
302	Каша молочная пшеничная с/м	19,59	14,4	26,24	288,18	17,9	200/5
72	Чай с сахаром	1,69	1,65	17,36	86	2,97	200
	Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,3	119	5,58	50
	<b>Итого:</b>	<b>28,53</b>	<b>20,8</b>	<b>67,9</b>	<b>547,18</b>	<b>40</b>	
	<b>Обед</b>						
50	Салат из свеклы (свекла, м.раст, соль,)	0,78	7,08	4,98	87	5,07	100
139	Суп карт рыбный (карт, лук, м.с., морковь, специи, консервы)	5,16	3,39	20,07	134	14,48	260
452	Котлеты (особые) с соусом (говядина, свинина, хлеб пшеничный)	13,88	17,78	4,5	199	36,31	100(60/40)
508	Каша гречневая с/м	10,51	7,94	51,7	325	15,8	180
685	Чай с сахаром	1,69	1,65	17,36	86	2,97	200
4	Хлеб ржано- пшеничный	2,82	0,6	0,6	126	5,37	60
	<b>Итого:</b>	<b>34,84</b>	<b>38,44</b>	<b>99,21</b>	<b>957</b>	<b>80</b>	

Калькулятор: \_\_\_\_\_

6