

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

Утверждаю  
ООО "Надежда"  
Любавин Н.П.

МЕНЮ

МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №3"

"05" марта 2024 г.

7-11 лет



№ рец	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углев о ды	Эн. цен.	Цена	Выход
	Завтрак						
366	Запеканка из творога со сг. молоком	17,48	6,8	28,28	248,2	31,1	15/100
685	Компот из свежих плодов	0,2	0,05	15,01	57	8,9	200
	Итого:	17,68	6,85	43,29	305,2	40	
71	Винегрет (свекла,морковь,масло)	0,76	9,04	4,59	103	5,78	60
110	Борщ из свежей капусты и картофеля	1,47	4,07	7,31	89	9,41	200
451	Тефтели с/с (говядина,лук репчатый,масло раст.,рис)	8,56	14,11	9,07	197	30,21	50
173	Каша гречневая с/м	8,76	6,62	43,08	271	14,26	150
389	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57	2,97	200
4	Хлеб ржано- пшеничный	2,82	0,6	0,6	126	5,37	60
	Итого:	22,57	34,49	79,66	843	68,00	
	Булочка творожная	6,09	1,8	5,95	148	15	75
	Яблоки свежие порциями	0	0	14,2	68	11,76	70
389	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57	3,24	200
	Итого:	6,29	1,85	35,16	273	30	

Калькулятор: \_\_\_\_\_