

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

Утверждаю  
ООО "Надежда"  
Любавин Н.П.

МЕНЮ

МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №3"



с 12 лет

"18" марта 2024 г.

| №<br>реце | Наименование блюда   | Белки        | Жиры         | Углев<br>о ды | Эн.<br>цен.   | Цена      | Выход      |
|-----------|--|--------------|--------------|---------------|---------------|-----------|------------|
|           | <b>Завтрак</b>   |              |              |               |               |           |            |
| 97        | Масло сливочное  | 0,08         | 12,37        | 0,08          | 112,5         | 11,86     | 14         |
| 173       | Каша пшеничная с маслом<br>(пшено,молоко,сахар, соль,масло слив.)  | 20,49        | 10,15        | 23,36         | 272,73        | 17,9      | 205        |
| 376       | Хлеб пшеничный   | 3,8          | 0,4          | 24,3          | 119           | 5,59      | 50         |
| 648       | Чай с лимоном  | 0,26         | 0,06         | 15,22         | 59            | 4,65      | 200        |
|           | <b>Итого:</b>  | <b>24,55</b> | <b>22,98</b> | <b>62,96</b>  | <b>563,23</b> | <b>40</b> |            |
|           | <b>Огурцы свежие порциями</b>                                      | 0,8          | 0,2          | 5,21          | 20,04         | 6,56      | 100        |
| 139       | Суп карт с бобовыми (карт,лук,м.с.,<br>горох,морковь,специи)       | 5,89         | 4,65         | 19,98         | 147           | 14,24     | 10/250     |
| 493       | Птица тушеная в сметанном соусе (<br>птица,сметана,лук репч.,м.р.) | 13,88        | 17,78        | 4,5           | 199           | 38,4      | 100(60/40) |
| 516       | Макаронные отварные с/м  | 6,38         | 5,87         | 42,62         | 253           | 8,69      | 180        |
|           | Чай с фруктовым соком  | 0,34         | 0,02         | 24,53         | 95            | 6,74      | 200        |
| 4         | Хлеб ржано- пшеничный  | 2,82         | 0,6          | 0,6           | 126           | 5,37      | 60         |
|           | <b>Итого:</b>  | <b>30,11</b> | <b>29,12</b> | <b>97,44</b>  | <b>840,04</b> | <b>80</b> |            |

Калькулятор: \_\_\_\_\_