

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 "12" января 2024 г.

| № реце | Наименование блюда | Белки | Жиры | Углев о ды | Эн. цен. | Цена | Выход |
|-----------|--|--------------|---------------|---------------|---------------|-----------|-------|
| | Завтрак | | | | | | |
| 97 | Сыр порциями | 4,6 | 5,8 | 0 | 72 | 12,98 | 19 |
| 302 | Каша молочная пшениная с/м | 19,59 | 14,4 | 26,24 | 288,18 | 17,9 | 200/5 |
| 686 | Чай с лимоном | 0,26 | 0,06 | 15,22 | 59 | 4,65 | 200 |
| | Хлеб пшеничный | 3,8 | 0,4 | 24,3 | 119 | 4,47 | 40 |
| | Итого: | 28,25 | 20,66 | 65,76 | 538,18 | 40 | |
| | Обед | | | | | | |
| 52 | Салат из свеклы | 1,27 | 15,06 | 7,65 | 171 | 7,25 | 100 |
| 140 | Суп картофельный макаронный (карт, макароны, лук, м.с., специи, сметана) | 2,84 | 5,37 | 20,84 | 146 | 12,63 | 250 |
| 436 | Жаркое по-домашнему (картофель, лук, м.раст., том.пюре, говядина) | 17,85 | 98,38 | 21,68 | 301,52 | 48,5 | 200 |
| 638 | Компот из с/фруктов | 0,57 | 0 | 34,41 | 136 | 6,25 | 200 |
| 4 | Хлеб ржано-пшеничный | 2,82 | 0,6 | 0,6 | 126 | 5,37 | 60 |
| | Итого: | 25,35 | 119,41 | 85,18 | 880,52 | 80 | |

Калькулятор: _____