

Согласовано

Директор МБОУ СОШ №7 г. Алатырь ЧР

*Л.Н.*

Кольдина Л.Н.

Утверждаю

Индивидуальный предприниматель

*Л.В.*

Дариса

Большакова Л.В.

Вячеславна

МЕНЮ

МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №7"

с 12 лет

12 января 2024 г.



| № рец | Наименование блюда   | Белки | Жиры   | Углев<br>о ды | Эн.<br>цен. | Цена  | Выход |
|-------|--|-------|--------|---------------|-------------|-------|-------|
|       | <b>Завтрак</b>   |       |        |               |             |       |       |
| 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    |       |
|       | <b>Обед</b>  |       |        |               |             |       |       |
| 52    | Салат из свеклы  | 1,27  | 15,06  | 7,65          | 171         | 7,25  | 100   |
| 140   | Суп картофельный макаронный (кар<br>т, макароны, лук, м.с., специи, сметана) | 2,84  | 5,37   | 20,84         | 146         | 12,63 | 250   |
| 436   | Жаркое по-домашнему<br>(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:

*Л.В.*